

Laura Aho & Mirkka Kuosmanen

“Jes, must on johonkin”

Mikä motivoi 18–35-vuotiaita jäseniä Helsingin Klubitalon toiminnassa?

Metropolia Ammattikorkeakoulu
Toimintaterapeutti
Toimintaterapian koulutusohjelma
Opinnäytetyö
23.11.2011

| | |
|---|---|
| Tekijät | Laura Aho ja Mirkka Kuosmanen |
| Otsikko | "Jes, must on johonkin" Mikä motivoi 18–35-vuotiaita jäseniä Helsingin Klubitalon toiminnassa? |
| Sivumäärä Aika | 52 + 4 liitettä Syksy 2011 |
| Tutkinto | Toimintaterapeutti AMK |
| Koulutusohjelma | Toimintaterapian koulutusohjelma |
| Ohjaajat | Lehtori Tarja Keltto Lehtori Merja Suoperä |
| <p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa sovellettavaa tietoa mielenterveyskuntoutujien motivoitumisesta Helsingin Klubitalon toimintaan. Opinnäytetyössä vastataan kysymyksiin: Mikä motivoi 18–35-vuotiaita mielenterveyskuntoutujia Helsingin Klubitalon toiminnassa? Mitkä tekijät yksilössä, toiminnassa ja ympäristössä lisäävät ja mitkä tekijät vähentävät klubitalon toimintaan motivoitumista? Miten klubitalon toimintaa voisi kehittää, jotta toiminta edistäisi nuorten aikuisten motivoitumista?</p> <p>Yhteiskunnassamme käydään keskustelua tällä hetkellä mielenterveyspalveluiden kehittämisestä, ja erityisesti nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveyteen liittyvät asiat puhuttavat. Lähtökohtana opinnäytetyössä on yhteistyökumppanin Helsingin Klubitalon tarve saada tietoa nuorten jäseniensä mielipiteestä klubitalon toiminnasta. Perusajatuksena opinnäytetyössä on se, että motivaatio vaikuttaa toimintaan osallistumiseen ja sitoutumiseen. Opinnäytetyössä motivaatiota tarkastellaan toimintaterapian teorioiden Doris Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman mallin ja Gary Kielhofnerin (2008) inhimillisen toiminnan mallin tahtokäsitteen kautta. Myös psykologian kirjallisuudesta löytyviä motivaatiota selittäviä määritelmiä hyödynnetään.</p> <p>Opinnäytetyö noudattaa laadullisen tutkimuksen periaatteita. Haastattelurunko rakentuu teorioiden sekä klubitalon toimintaan tutustumisen pohjalta. Aineistonkeruumenetelmänä ovat ryhmämuotoiset teemahaastattelut, joissa haastatellaan kahdeksaa Helsingin Klubitalon jäsentä. Aineisto analysoidaan teorialähtöisen sisällönanalyysin avulla.</p> <p>Aineiston perusteella merkittäviä motivoivia tekijöitä ovat mahdollisuus osallistua klubitalon toimintaan omien henkilökohtaisten tavoitteiden mukaisesti ja vapaaehtoisesti. Tärkeitä motivoivia tekijöitä ovat myös valinnanmahdollisuus monipuolisten työtehtävien välillä, onnistumisen kokemusten saaminen, salliva ilmapiiri, vertaisuus, hyvä sijainti ja mahdollisuus ruokailuun. Myös ohjaajien ja ulkopuolisen hoitotahon kannustus motivoi jäseniä käymään klubitalolla.</p> | |
| Avainsanat | mielenterveys, toimintaterapia, motivaatio, klubitalotoiminta |

| | |
|--|--|
| Authors Title | Laura Aho, Mirkka Kuosmanen Which Factors Motivate 18–35-years Old Young Adult Members to Participate in the activities of the Clubhouse of Helsinki? |
| Number of Pages Date | 52 + 4 appendices Autumn 2011 |
| Degree | Bachelor of Health Care |
| Degree Programme | Occupational Therapy |
| Specialisation option | Occupational Therapy |
| Instructors | Tarja Keltto, Principal Lecturer Merja Suoperä, Principal Lecturer |
| <p>The purpose of this study was to produce applicable knowledge of motivating mental health rehabilitants to be used in the activities of our partner in cooperation, the Clubhouse of Helsinki. This study focused on the following research questions: What motivated 18–35-years old mental health rehabilitants in the activities of the Clubhouse of Helsinki? Which factors increased and which decreased the motivation for the activities of clubhouse in the individual, in the activity and in the context? How could the clubhouse's activities be developed so that it improved the motivation of young adults?</p> <p>At the moment, there is a lot of discussion in our society how to develop mental health services, as well as discussion of how the young and young adults are affected by mental health problems. The basis of this study was the Clubhouse of Helsinki's need to have knowledge of young members' opinions of its activities. The basic idea in this study was that motivation impacts on participation and commitment to the activities. In this study, motivation was examined using Doris Pierce's model "Occupation by design - Building Therapeutic Power" (2003) and Gary Kielhofner's "Model of Human Occupation (2008)". Psychological literature on motivation was also utilized.</p> <p>This study method followed the principles of a qualitative study. The structure of interview was built resting on the theories and the exploration of the clubhouse activities. The method of interview was group formed theme interview. Eight members of the clubhouse were interviewed. Data was analyzed by using theory-driven content analysis.</p> <p>Based on the data significant motivating factor was that the members had a possibility to participate in the activities of the clubhouse according to their own, personal goals and voluntarily. Other important motivating factors were the possibility to choose from work tasks, to get experience of success, permissive atmosphere, peer support, ideal location and possibility to have a meal. Also support from the supervisors and external support motivated the members to participate in the clubhouse activities.</p> | |
| Keywords | mental health, occupational therapy, motivation, clubhouse activity |

Sisällys

| | | |
|-------|---|----|
| 1 | Johdanto | 1 |
| 2 | Lähtökohdat | 3 |
| 2.1 | Kuntouttava mielenterveystyö | 3 |
| 2.2 | Yhteistyökumppanina Helsingin Klubitalo | 5 |
| 2.3 | Motivaatio psykologian ja toimintaterapian näkökulmasta | 7 |
| 2.4 | Ajankohtaista ja tutkittua tietoa mielenterveyspalveluista | 9 |
| 3 | Opinnäytetyön teoriaperusta | 12 |
| 3.1 | Doris Piercen terapeutin toiminnan voiman malli | 13 |
| 3.1.1 | Toiminnan subjektiiviset ulottuvuudet | 14 |
| 3.1.2 | Toiminnan kontekstuaaliset ulottuvuudet | 15 |
| 3.2 | Tahto Gary Kielhofnerin inhimillisen toiminnan mallissa | 18 |
| 3.3 | Sisäiset ja ulkoiset motivaatiotekijät psykologian näkökulmasta | 19 |
| 4 | Laadulliset tutkimusmenetelmät | 21 |
| 4.1 | Eettiset kysymykset | 21 |
| 4.2 | Teemahaastattelut aineistonkeruumenetelmänä | 23 |
| 4.3 | Aineiston analysointi teorialähtöisesti | 26 |
| 5 | Toimintaan motivoituminen klubitalolla | 29 |
| 5.1 | Toiminnan motivaatioon vaikuttavat subjektiiviset tekijät | 29 |
| 5.2 | Toiminnan motivaatioon vaikuttavat kontekstuaaliset tekijät | 33 |
| 5.3 | Tahdon vaikutus klubitalon toimintaan osallistumisessa | 37 |
| 6 | Johtopäätökset tuloksista | 39 |
| 7 | Yhteenveto ja pohdinta | 44 |
| | Lähteet | 50 |
| | Liitteet | |
| | Liite 1. Lupa haastattelumateriaalin käyttämiseen | |
| | Liite 2. Esittelykirje | |
| | Liite 3. Haastattelurunko | |
| | Liite 4. Aineiston luokittelutaulukko | |

1 Johdanto

Yhteiskunnassamme käydään keskustelua ennaltaehkäisevistä mielenterveydenpalveluista ja asiakaslähtöisestä toimintatavasta. Hyvinvoinnin edistämistä ja ennaltaehkäisevää työtä painotetaan suuresti kansallisissakin strategioissa ja kehittämisohjelmissa. Ennaltaehkäisevä työ olisi investointi tulevaisuuteen. Säästöt näkyisivät pidemmällä aikavälillä mielenterveyspalvelujen käyttäjien vähenemisenä ja kuntalaisten hyvinvoinnin lisääntymisenä. (Stengård – Savolainen – Sipilä – Nordling 2009: 5.)

Erityisesti nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveyteen liittyvät asiat puhuttavat tällä hetkellä yhteiskunnassamme. Nuorille aikuisille mielenterveyskuntoutujille ei ole riittävästi kuntoutusta tukevaa toimintaa. Kuntoutujien omat voimavarat ovat riittämättömät, jotta he voisivat osallistua normaaliin työ- tai harrastustoimintaan. Tällöin syrjäytymisen riski on suuri. Myös ongelmallinen päihteidenkäyttö ja sosiaalisen kanssakäymisen vaikeudet ovat yleisiä. Niemikotisäätiö aloitti vuonna 2009 Raha-automaattiyhdistyksen tukemana kehittämisprojektin, ELVIS-hankkeen, joka liittyy edellä mainittujen nuorten aikuisten mielenterveyskuntoutujien ongelmien ennaltaehkäisemiseen ja niihin vaikuttamiseen. Hankkeen päätavoitteena on ollut tukea nuoria aikuisia 18–35-vuotiaita mielenterveyskuntoutujia löytämään itselleen luontevia välineitä elämänhallinnan ja sosiaalisten taitojen kehittämiseen sekä työ- ja toimintakyvyn kuntoutukseen. (Niemikotisäätiö n.d.)

Mielenterveyskuntoutujien klubitalo tarjoaa omalta osaltaan kuntoutuspalveluita, joiden tavoitteena on parantaa kuntoutujien elämänlaatua, vähentää sairaalahoidon tarvetta ja tukea paluuta työelämään tai koulutukseen (Stakes 2009). Opinnäytetyömme ideavaiheessa otimme yhteyttä Helsingin Klubitalo. Tapasimme apulaisjohtaja Anne Korhosen ja klubitalon jäsenen. Saimme heti yhteisestä ideasta kiinni. Meitä kiinnosti motivaatioon liittyvät tekijät ja klubitalo halusi tietoa nuoria aikuisia motivoivista tekijöistä sekä toimintansa kehittämisideoita koskien heidän nuoria aikuisia mielenterveyskuntoutujajäseniään (Korhonen 2010). Lisäksi meitä kiinnosti erityisesti se, miten nuoria mielenterveyskuntoutujia voisi aktivoida osallistumaan ja sitoutumaan paremmin kuntouttavaan toimintaan ja sitä kautta yhteiskuntaan.

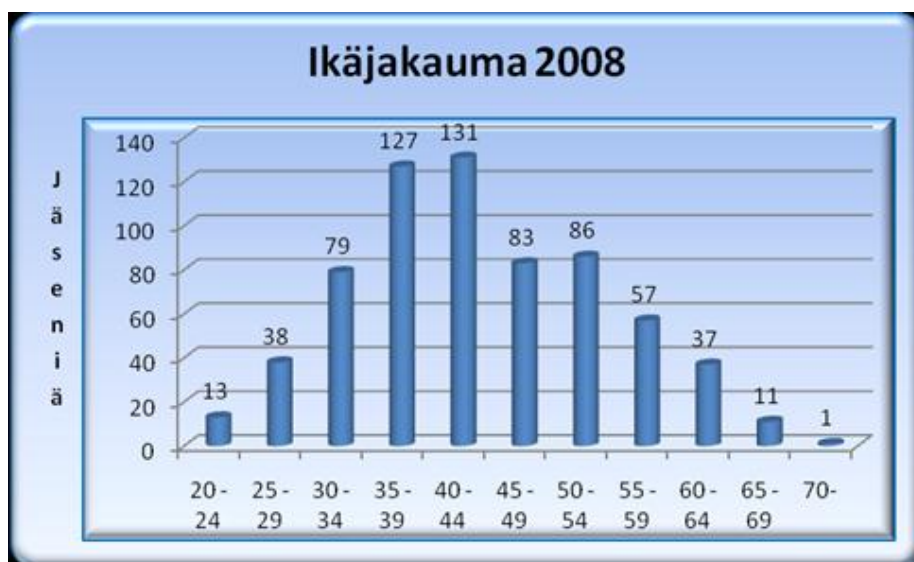
Opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa sovellettavaa tietoa nuorten aikuisten 18–35-vuotiaiden mielenterveyskuntoutujien motivoitumisesta Helsingin Klubitalon toimintaan sekä ideoita toiminnan kehittämiseksi. Tarkastelemme haastatteleamalla klubitalon jäsenten motivaation ilmenemistä klubitalon toiminnassa. Opinnäytetyössä vastataan kysymyksiin: Mikä motivoi nuoria aikuisia 18–35-vuotiaita mielenterveyskuntoutujia Helsingin Klubitalon toiminnassa? Mitkä tekijät yksilössä, toiminnassa ja ympäristössä lisäävät ja mitkä tekijät vähentävät klubitalon toimintaan motivoitumista? Miten klubitalon toimintaa voisi kehittää, jotta toiminta edistäisi nuorten aikuisten motivoitumista?

Perusajatuksena opinnäytetyössämme on se, että motivaatio vaikuttaa toimintaan osallistumiseen ja sitoutumiseen. Tarkastelemme motivaatiota toimintaterapian teorioiden Doris Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman mallin ja Gary Kielhofnerin (2008) inhimillisen toiminnan mallin tahtokäsitteen kautta. Esittelemme myös psykologian kirjallisuudesta löytyviä motivaatiota käsitteellistäviä määritelmiä. Rakennamme teema-haastattelun struktuurin pääosin Piercen (2003) toiminnan analyysimallin pohjalta ja analysoimme aineiston teorialähtöisesti. Opinnäytetyön suunnittelussa, aineiston keruussa ja analysoimisessa huomioimme myös motivaatiota määrittelevät teoriat sekä mielenterveyteen liittyvät haasteet.

Haastatteluista saadun aineiston perusteella merkittäviksi motivoiviksi tekijöiksi jäsenet kokevat mahdollisuuden osallistua klubitalon toimintaan omien henkilökohtaisten tavoitteiden mukaisesti ja vapaaehtoisesti. Tärkeitä motivoivia tekijöitä ovat myös valinnanmahdollisuus monipuolisten työtehtävien välillä, onnistumisen kokemusten saaminen, salliva ilmapiiri, vertaisuus, hyvä sijainti ja mahdollisuus ruokailuun. Myös ohjaajien ja ulkopuolisen hoitotahon kannustus motivoi jäseniä käymään klubitalolla.

2 Lähtökohdat

Opinnäytetyön lähtökohtana on yhteistyökumppanimme Helsingin Klubitalon mielenkiinto tietää nuorten aikuisten jäseniensä mielipiteestä klubitalon toiminnasta: mikä jäseniä motivoi toiminnassa ja mikä vähentää sitä sekä näiden hyödyntäminen toiminnan kehittämisessä. Helsingin Klubitalon jäsenet ovat keskimäärin 35–40-vuotiaita (ks. kuvio 1) (Jalonen – Jokela 2003: 115). Opinnäytetyöstä käydyissä keskusteluissa yhteyshenkilömme Anne Korhosen kanssa tuli muun muassa esiin nuorten, alle 30-vuotiaiden, jäsenten epäsäännöllinen ja vähäinen osallistuminen klubitalon toimintaan. Hän kertoi, että tämä aihe on kansainvälisestikin ajankohtainen. Klubitaloilla on eri puolilla maailmaa pyritty kehittämään toimintaa nuorten näkökulmasta. (Korhonen 2010.)



Kuvio 1. Helsingin Klubitalon jäsenten ikäjakauma vuonna 2008 (Helsingin Klubitalo 2009a).

Seuraavissa alaluvuissa perehdymme tarkemmin opinnäytetyömme keskeisiin käsitteisiin, joita ovat kuntouttava mielenterveystyö, klubitalotoiminta ja motivaatio. Esittelemme myös opinnäytetyömme aiheen ajankohtaisuutta, aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia ja hankkeita klubitalon toiminnasta sekä mielenterveyspalveluista.

2.1 Kuntouttava mielenterveystyö

Mielenterveys on monimuotoinen käsite ja sen määrittäminen on haastavaa. Mielenterveys syntyy psykologisten, sosiaalisten ja biologisten tekijöiden vuorovaikutuksesta

eli toisin sanoen siihen vaikuttavat muun muassa perimä, varhainen vuorovaikutus, elämän kokemukset, ihmissuhteet ja elämäntilanteen kuormittavuus. (Toivio – Nordling 2009: 84.) Mielenterveys on inhimillisen olemassaolon tila, jonka keskeisiä osa-alueita ovat itsetunto, itsenäisyys, sopeutumis-, toiminta- ja ongelmanratkaisukyky sekä kyky tyydyttäviin ihmissuhteisiin ja virkistytymiseen. Mielenterveys voi häiriintyä erilaisista ulkoisista ja sisäisistä syistä, jolloin ominaista on toimintakyvyn heikkeneminen ja mielen toimintoihin ja käyttäytymiseen liittyvät oireilut. (Nienstedt 2005: 424.) Mielenterveystyössä tavoitteena on tukea ihmisen toimintamahdollisuuksia ja vahvistaa hänen omatoimisuuttaan sekä elämässä selviytymisen voimavarojaan itsemääräämisoikeutta kunnioittavalla tavalla (Pesonen 2006: 10).

Mielenterveyskuntoutuksessa tarkoituksena on auttaa kuntoutujaa ylläpitämään elämänhallintaansa, toteuttamaan elämänprojektejaan ja ylläpitämään osallisuuttaan sosiaalisissa yhteisöissä. Kuntoutus on prosessi, jonka kuntoutuja ja kuntoutustyöntekijä ovat yhdessä suunnitelleet ja jonka etenemistä he yhdessä arvioivat. Kuntoutumisprosessi sisältää toimenpiteitä, joilla voidaan lisätä yksilön voimavaroja, toimintakykyä ja hallinnan tunnetta tai vaikuttaa ympäristöön. Kuntoutuminen on näin ollen muutosprosessi sekä yksilössä itsessään että hänen suhteessaan ympäristöön. Tätä prosessia voivat tukea monet muutkin tekijät kuin kuntoutuspalvelut, sillä kuntoutuminen tapahtuu kuntoutujan omassa elämässä. Kuntoutustyöntekijän ja kuntoutujan vuorovaikutusprosessi voi edistää sitä monella eri tavalla. Mielenterveyskuntoutuksen tehtävänä on edistää kuntoutumisvalmiutta ja tukea kuntoutujaa saavuttamaan omat tavoitteensa. Kuntoutuksen tulee myös tukea yksilöllistä kuntoutumisen prosessia ja joustaa sen mukaan. (Koskisuu 2004: 13, 29–30.)

Mielenterveyskuntoutusta toimintaterapian näkökulmasta kuvaa Linda Finlay (2004). Psykososiaalinen toimintaterapia on yksi mielenterveyskuntoutuksen keinoista. Toimintaterapian perusajatuksena on käsitys ihmisen perustarpeesta toimia. Sairauden tai vamman johdosta kyky tehdä itselle tärkeitä asioita voi häiriintyä, jolloin henkilön terveys ja hyvinvointi vähenevät. Toiminnalla voidaan niin ollen edistää henkilön terveyttä ja hyvinvointia. Toimintaterapiassa ollaan tekemisissä henkilön päivittäisen elämän toimintojen kanssa, ja toimintaterapeutti käyttää toimintaa tarkoituksellisesti terapeutisessa interventiossaan. Toiminta voi muun muassa edistää hyvinvointia, kehittää ja ylläpitää identiteettiä, yhdistää ihmisiä toisiinsa, organisoida aikaa ja olla yhdistämässä

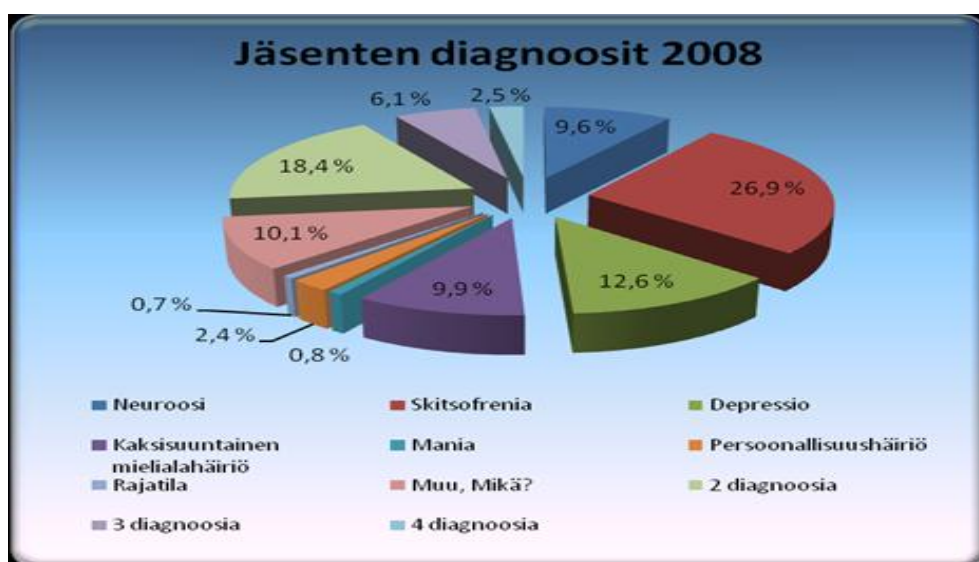
menneisyyttä, nykyhetkeä ja tulevaisuutta henkilön elämässä. Toiminta sisältää päivittäiseen elämään liittyviä merkityksellisiä toimintoja, joita henkilö tekee työssä, vapaa-aikana ja itsestä huolehtimisessa. Toimintaterapian tärkeimpänä tavoitteena on mahdollistaa henkilön osallistuminen merkitykselliseen, henkilöä itseään tyydyttävään toimintaan. (Finlay 2004: 40–49.) Sisko Salo-Chydeniuksen (1992: 34–35) mukaan toimintaterapia on vuorovaikutusta toimintaterapeutin ja mielenterveyskuntoutujan välillä, jolloin toimintaterapeutti käyttää toimintaa tietoisesti ja tavoitteellisesti. Toimintaa analysoimalla ja soveltamalla sitä voidaan käyttää kuntoutujan tavoitteiden saavuttamiseksi. Toimintaterapian tavoitteena mielenterveystyössä on auttaa kuntoutujaa muuttamaan omaa toimintaansa ja ympäristöään tarkoituksenmukaisesti ja saavuttamaan hallinnan ja selviytymisen tunteen.

Tuetun työllistymisen hyödyistä psykososiaalisissa interventioissa on kansainvälisissä tutkimuksissa todettu olevan näyttöä mielenterveyden ongelmista kärsivien henkilöiden kohdalla. Henkilöt, jotka ovat kokeneet mielenterveyden häiriön, ovat haavoittuvaisia ongelmille tulevaisuudessakin. Osalla oireita on pysyvästi. Tällöin kuntoutuksessa on tärkeää huomioida henkilön vahvuudet ja rakentaa kuntoutus niiden varaan sekä ylläpitää toivoa ja tunnistaa tuen tarve. Kuntoutuminen voidaan nähdä prosessina, jossa henkilö on kykenevä elämään, tekemään työtä, oppimaan ja kuulumaan täysivaltaisesti omaan yhteisöönsä. Joillekin henkilöille kuntoutuminen tarkoittaa mahdollisuutta tyydytyksestä tuottavaan ja tuotteliaaseen elämään toimintakyvyn vajavuudesta huolimatta. Toisille se voi merkitä osittaista tai täydellistä oireiden lievenemistä. (Brown – Stoffel 2011: 63, 602.)

2.2 Yhteistyökumppanina Helsingin Klubitalo

Klubitalot ovat kansainvälinen yhteisö, jossa ihmiset voivat jakaa kokemuksia mielenterveysongelmista ja niistä kuntoutumisesta. Klubitalomalli on psykososiaalista kuntoutusta, joka alkoi vuonna 1944 New York Cityssä, missä ryhmä mielenterveyskuntoutujia kokoontui We Are Not Alone -tukiryhmään. Nykyään klubitaloja on yli 310 ympäri maailmaa ja ne kuuluvat International Center for Club House Development -järjestöön (ICCD). Maailmalla klubitalot työllistävät monia mielenterveysalan ammattilaisia mukaan lukien toimintaterapeutteja ja toimintaterapeutin assistentteja. (Brown – Stoffel 2011: 559.)

Suomen ensimmäinen klubitalo perustettiin Tampereelle vuonna 1995 (Pöyhönen 2003: 5). Klubitaloja on tällä hetkellä Suomessa 22. Helsingin Klubitalo perustettiin vuonna 1997 Etu-Töölöön. Vuonna 2004 se muutti nykyisiin 745 m²:n tiloihin Sörnäisiin. Helsingin Klubitalon toimintaa rahoittaa Helsingin kaupunki ja raha-automaattiyhdistys. (Helsingin Klubitalo 2009b.) Klubitalot ovat pyrkineet vastaamaan tarpeeseen torjua mielenterveyden ongelmista kärsivien yksinäisyyttä, köyhyyttä ja yhteiskunnasta syrjäytymistä (Pöyhönen 2003: 5). Klubitalon jäsenten yleisin diagnoosi oli vuonna 2008 skitsofrenia, toiseksi yleisin oli kaksoisdiagnoosi ja kolmanneksi yleisin depressio (ks. kuvio 2) (Helsingin Klubitalo 2009a).



Kuvio 2. Helsingin Klubitalon jäsenten diagnoosit vuonna 2008 (Helsingin Klubitalo 2009a).

Klubitalossa mielenterveyskuntoutujat ja palkattu henkilökunta (työvalmentajat) muodostavat kuntouttavan yhteisön, jonka tarkoituksena on tukea kuntoutujien taloudellista, sosiaalista ja ammatillista tilannetta. Klubitalomallin pohjana on usko jäsenten omiin kykyihin, ja toiminnassa on tavoitteena kannustaa niiden käyttämiseen. (Pöyhönen 2003: 9.) Klubitalossa painotetaan siellä käyvien jäsenien tarpeiden huomioimista, jolloin he voivat tuntea kuuluvansa yhteisöön ja saavansa elämäänsä tarkoitusta ja merkitystä, mikä on tärkeää mielenterveyden kohenemisessä. Klubitalon tavoite on mahdollistaa jäsenten sitoutuminen merkitykselliseen työtoimintaan, antaa neuvontaa ja ohjausta, edistää opiskelua ja työllistymistä sekä mahdollistaa osallistumisen kulttuurin mukaiseen sosiaaliseen virkistystoimintaan. Tämä tavoite on myös yhteneväistä toimintaterapian ajatukselle tukea osallisuutta ja terveyttä toiminnan kautta. Klubitalo tarjoaa

ympäristön, joka tukee toiminnallisista rooleista suoriutumista päivittäisissä toiminnoissa, opiskelussa, työssä, vapaa-ajassa ja sosiaalisessa osallistumisessa. Tällaiseen toimintaan osallistuminen tarjoaa mahdollisuuden kokea mielenterveyden kohenemista. (Brown – Stoffel 2011: 565.)

Helsingin Klubitalolla on kolme työyksikköä, jotka ovat hallinto-, ravintola- sekä työ- ja opintoyksikkö. Hallintoyksikössä työtehtäviä ovat muun muassa toimisto- ja tiedotustyöt. Ravintolayksikön työtehtäviin kuuluu esimerkiksi ruoanlaitto, kahvion pitäminen ja siivoaminen. Työ- ja opintoyksikkö ohjaa ja neuvoa jäseniä työ- ja opintoasioissa. (Helsingin Klubitalo 2009c.) Klubitalon työpainotteinen päivä muodostuu työnjaosta aamulla ja iltapäivällä, jolloin jäsenet jakaantuvat työtehtäviin omien toiveidensa mukaisesti. Päivän pituutta on mahdollista itse säädellä, ja klubitalolle on mahdollista tulla myös osallistumatta työnjakoihin. (Korhonen 2010.)

Klubitalojen toiminta Suomessa perustuu maailmanlaajuisen klubitaloyhteisön luomiin laatustandardeihin. Standardien mukaan jäsenyys ja toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista eikä siinä ole aikarajoitteita. Klubitalon jäseneksi voi tulla kuka tahansa mielisairaudesta kärsivä henkilö, joka ei uhkaa yhteisön turvallisuutta. Diagnoosi tai toimintakyky ei ole esteenä käyttää klubitalon palveluita. Jäsenillä on myös oikeus palata yhteisöön pitkänkin poissaolon jälkeen. Kaikki klubitalon kokoukset ovat avoimia sekä henkilökunnalle että jäsenille, ja toiminta perustuu kaikkien sitoutumiseen yhteiseen toimintaan. Työpainotteisen päivän tavoitteena on huomioida jäsenten vahvuudet, taipumukset ja kyvyt. Työ on suunniteltu niin, että se edistää jäsenten omanarvontunnon, itseluottamuksen ja elämän mielekkyyden palauttamista. Siirtymätyön, tuetun ja itsenäisen työn avulla klubitalo mahdollistaa jäsenten paluun ansiotyöhön. Klubitalon jäsenet ja henkilökunta tarjoavat myös apua yhteiskunnallisten palveluiden hakemisessa ja asumiseen liittyvissä asioissa. Klubitalolla on myös virkistys- ja vapaa-ajan toimintaa iltaisin ja viikonloppuisin. (Pöyhönen 2003: 15–20.)

2.3 Motivaatio psykologian ja toimintaterapian näkökulmasta

Ihmisen toimimiselle on olemassa lukemattomia syitä. Esimerkiksi joku käy jossakin paikassa tavatakseen muita ihmisiä, toinen viettääkseen aikaa, kolmas viihtyykseen, neljäs hyvän aterian toivossa ja niin edelleen. Motiivi on toiminnan psyykkinen syy eli

toimintaa ohjaava voima, joka saa yksilön suuntaamaan energiansa kohti tavoitteita tai päämääriä. Motiivi näyttäytyy haluna, tarpeena, ylläkkeenä tai vaikuttimena. Henkilökohtainen tavoite tai päämäärä, esimerkiksi ihmisen halu saada opiskelupaikka tai työpaikka tai saada rytmiä päivään oman sen hetkisen toimintakyvyn mukaisesti, ohjaa toimintaa. Motiivi voi viritä tietyssä tilanteessa tai se voi sävyttää laajasti kaikkea toimintaa. Se voi suunnata toimintaa kauan, esimerkiksi työelämään palaamisen ajan, tai vain tietyn hetken, jotta saa jonkin tehtävän tehdyksi päästäkseen tilanteesta. (Vilkko – Riihelä 1999: 446–447.)

Motiivit voidaan jakaa alkuperänsä mukaan kahteen pääryhmään, biologisiin (orgaanisiin, fysiologisiin, elimistön toimintaan liittyviin) motiiveihin ja psykologisiin (psyhyen toimintaan liittyviin) motiiveihin. Motivaatiopsykologiassa ollaan kiinnostuneita motiivien luonteesta eli siitä, onko kyseessä sisäiset voimat, vietit ja tarpeet, jotka saavat ihmisen liikkeelle kohti päämääriä, vai ympäristön ärsykkeet, jotka vetävät ihmistä puoleensa. Nykyisessä motivaatiopsykologisessa tutkimuksessa keskeistä on yksilön henkilökohtaisten pyrkimysten, päämäärien ja tavoitteiden tutkiminen. Tutkitaan sitä, mitä ihminen arkisessa toiminnassaan tekee, mitkä tavoitteet ovat hänelle tärkeitä ja miten ne ovat yhteydessä psyykkiseen hyvinvointiin, itsearvostukseen tai masennuksen kokemiseen. Opiskelu- ja työmaailmassa kuulee usein puhuttavan motivaation puutteesta tai tavoitteiden hämärtymisestä. Kun tiedostetaan, miten henkilökohtaiset tavoitteet toimintaamme ohjaavat, niihin on myös mahdollista puuttua ja tukea niitä. Sillä, miten ihminen kokee sosiaaliset tilanteet ja olosuhteet, on ratkaiseva merkitys tavoitteiden asettamiselle ja elämän mielekkyyden kokemiselle. (Vilkko – Riihelä 1999: 449.)

Vaikka motivaatiota pidetäänkin melko vaikeasti määriteltävänä, sen arvioimiseen on kehitetty standardoituja arviointimenetelmiä, jotka perustuvat motivaatiota selittävään teoriaan. Toimintaterapiassa käytettyjä motivaatiota arvioivia menetelmiä ovat BIS/BAS scales, Goal attainment scaling (GAS), The University of Rhode Island Change Assessment (URICA) ja Volitional Questionnaire sekä lapsille tarkoitettu Pediatric Volitional Questionnaire. (Brown – Stoffel 2011: 338–339.)

Mielenterveyden ongelmat vaikuttavat henkilön motivoitumiseen. Erityisesti skitsofreniassa ominaista ovat häiriöt tahtotilassa. Skitsofrenian negatiivisia oireita mittaavassa arviointimenetelmässä (The Scale for the Assessment of Negative Symptoms) tahdotto-

muus on yksi viidestä oireesta. Biologisesta näkökulmasta tahdottomuus yhdistetään dopamiiniaineenvaihdunnan häiriöön. Dopamiiniaineenvaihdunta on tärkeä osa aivojen toimintaa, kun kyse on jonkin asian tahtomisesta tai halutun tavoitteen saavuttamisesta. (Brown – Stoffel 2011: 336.)

Brown ja Stoffel (2011) viittaavat Boydellin, Gladstonen ja Volpen tekemään tutkimukseen, jossa tarkastellaan syitä motivaation häiriöön skitsofreniaa sairastavilla. Tutkimuksessa todetaan skitsofreniaa sairastavilla muun muassa, että kykenemättömyyden tunne aiheuttaa vaikeuksia motivoitumiseen. Harhat haittaavat keskittymistä, ja depressio saattaa johtaa eristäytymiseen, jolloin molemmissa tapauksissa motivaatio toimintaan heikentyy. Myös lääkkeiden rauhoittavan vaikutuksen todetaan vaikuttavan motivoitumiseen, ja toisilla mielen särkyminen aiheuttaa alhaista motivaatiota. Tutkimuksessa haastatellut kertovat toisten ihmisten asenteiden ja yleisten mielipiteiden heidän sairaudestaan rajoittavan heidän omien kykyjensä käyttämistä. Samoin mielen terveyden ongelmista kärsivän leima aiheuttaa eristäytymistä sosiaalisista suhteista ja negatiivisia tunteita itseään kohtaan. Haastateltavien mukaan heidän sosiaalinen vetäytymisensä saattaa olla myös puolustuskeino päivittäisen elämän haasteita vastaan. Näin ollen skitsofreniaa sairastavalla sekä biologinen haavoittuvuus että ympäristön tekijät aiheuttavat moninaisia haasteita päivittäisen elämän toimintoihin osallistumiseen. (Brown – Stoffel 2011: 336.)

2.4 Ajankohtaista ja tutkittua tietoa mielenterveyspalveluista

Suomessa on jatkuvasti lisääntynyt mielenterveyspalvelujen kysyntä. Työikäiset ovat enenevässä määrin alkaneet oireilla psyykkisesti. Mielenterveyskuntoutujien määrä on kasvanut viime vuosina roimasti: vuosina 2000–2008 mielenterveyskuntoutujien määrän lisäys oli jopa 75 %. Vuonna 2008 Kelan suurimmaksi kuntoutujaryhmäksi tuli mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöitä sairastavat. Mielenterveyden häiriöiden vuoksi kuntoutusta sai 28 500 henkeä. (Kela 2009.) Masennus on keskeinen työ- ja toimintakykyä alentava tekijä, mutta myös päihteillä, ja etenkin alkoholilla, on kiistaton yhteys mielenterveyteen (Stengård ym. 2009: 5).

Mielenterveyskuntoutus on todettu tärkeäksi palvelujärjestelmän kehittämisalueeksi. Palvelutoiminnan valikoimaa on viime vuosina laajennettu kehittämällä uusia toiminta-

malleja, joita ovat muun muassa kuntouttava työtoiminta, tuetun työllistymisen palvelu, sosiaalinen yritystoiminta sekä mielenterveyskuntoutujien klubitalot ja niiden siirtymätyöohjelmat. (Valkonen – Peltola – Härkäpää 2006: esipuhe.)

Mieli 2009 -työryhmän (Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009: 36–37) tehtävänä oli valmistella sosiaali- ja terveysministeriölle ministeriön strategia 2015:n mukainen mielenterveys- ja päihdesuunnitelma, tehdä ehdotukset hyvien käytäntöjen yleistämisestä sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä tehdä tarpeen mukaan ehdotuksia ohjauskeinojen kehittämiseksi. Mielenterveyskuntoutuksen kohdalla työryhmä suosittelee muun muassa parantamaan työelämään pyrkivien ja kuntoutustuella olevien mielenterveyskuntoutujien työllistymisedellytyksiä sekä näiden edellytysten arviointia. Työryhmän selvityksen mukaan mielenterveyskuntoutujien mahdollisuuksia päästä takaisin työelämään voidaan tukea esimerkiksi työkokeiluilla, työvalmentajan avulla toteutetulla tuetulla työllistymisellä ja työhön valmennuksella. Lisäksi siirtymätyöpaikat ja sosiaaliset yritykset voivat toimia samassa tehtävässä. Työryhmä suosittelee resursointia työvalmentajan tukeen perustuvan tuetun työllistymisen työmuotojen kehittämiseen.

Kuntoutussäätiön tuetun työllistymisen ja palveluohjauksen toiminnan malleja kehittäneen hankkeen, Tutka-projektin (2001–2005), tavoitteena oli kehittää asiakkaiden kannalta tarkoituksenmukainen ja suomalaiseen palvelujärjestelmään soveltuva toimintamalli. Hankkeen tavoitteena oli katkaista yksilötasolla syrjäytymisen kierre. Tutka-projektissa kehitetty toimintamalli osoittautui toimivaksi tukimuodoksi projektin asiakasryhmien kohdalla, joista 65 % oli työelämästä syrjäytymisvaarassa olevia korkeasti koulutettuja mielenterveyskuntoutujia, 24 % ammatillista koulutusta vailla olevia nuoria ja loput 11 % CP-vammaisia nuoria. Asiakkaista 34 % oli projektin päättyessä töissä avoimilla työmarkkinoilla. Projektilla oli ollut myös vaikutusta asiakkaiden tyytyväisyyteen eri elämän alueilla ja toimeentuloon. (Valkonen – Peltola – Härkäpää 2006.)

Tutkimuksia klubitalotoiminnasta

Yhdysvalloissa tehdyssä tutkimuksessa jäsenet kuvasivat klubitaloa houkuttelevana ympäristönä, jonka lämmin ilmapiiri saa tulijat tuntemaan itsensä tervetulleiksi. Tärkeänä pidettiin mahdollisuutta valita mitä tekee, mihin osallistuu, sekä sitä, että klubitalolle voi tulla viettämään aikaa. Klubitalotoimintaa pidettiin tärkeänä osana kuntoutumisen tavoitteiden kuten opiskelun ja työllistymisen saavuttamisessa. Se koettiin

myös paikkana, jossa oli mahdollisuus sosiaaliseen kanssakäymiseen toisten kanssa ja näin mahdollisuus ylläpitää toivoa, saada onnistumisen kokemuksia sekä jakaa tunteita mielenterveyden häiriöstä kuntoutumisessa. (Brown – Stoffel 2011: 565.)

Kuntoutujien kokemaa osallisuutta ja sen yhteyttä vertaistukeen, toiminnallisuuteen ja identiteetin muotoutumiseen klubitaloyhteisössä on tutkittu sosiaalityön pro gradu -tutkielmassa. Havainnointien ja haastatteluiden perusteella jäsenet jaettiin kolmeen ryhmään: jäsenet, jotka tarvitsevat enemmän motivointi ja rohkaisua, jäsenet, jotka ovat aktiivisia klubitalon sisällä, ja jäsenet, jotka kokevat klubitalon ponnahduslautana yhteiskuntaan. (Salenius 2009: 5.) Suvimäen klubitalolla tehdyssä kuntoutusalan opinnäytetyössä tarkasteltiin nuorten kokemuksia toiminnasta. Opinnäytetyössä todettiin muun muassa, että tarvetta on erityisesti nuorille suunnatulle toiminnalle. (Mäkinen 2009.) Keski-Uudenmaan klubitalolle tehdyssä sosiaalialan opinnäytetyössä sen sijaan tutkittiin klubitalon vaikutuksia psykososiaaliseen toimintakykyyn. Opinnäytetyön johtopäätöksenä oli, että mielenterveyskuntoutujat kokevat klubitalon toiminnan lisäävän heidän psykososiaalista toimintakykyään. Toiminta vaikuttaa myönteisesti kuntoutujien elämään ja auttaa heitä toimimaan erilaisissa toimintaympäristöissä. (Vuorinen 2008.) Suomessa klubitalotoimintaa ei ole vielä tutkittu toimintaterapian näkökulmasta.

Edellä esitetyt keskeiset käsitteet kuntouttava mielenterveystyö, klubitalotoiminta ja motivaatio sekä aiemmat tutkimukset mielenterveyspalveluista ovat opinnäytetyömme lähtökohtia. Seuraavassa luvussa esittelemme opinnäytetyömme teoriaperustan.

3 Opinnäytetyön teoriaperusta

Toimintaterapeuttien käyttöön kehitetyt arviointimenetelmät on tarkoitettu asiakkaan toimintakyvyn arviointia ja terapian tavoitteiden suunnittelua varten. Tämän vuoksi päädyimme käyttämään opinnäytetyössämme toimintaterapian arviointimenetelmien sijaan toimintalähtöistä lähestymistapaa Doris Piercen (2003) toiminnan analyysimallin avulla.

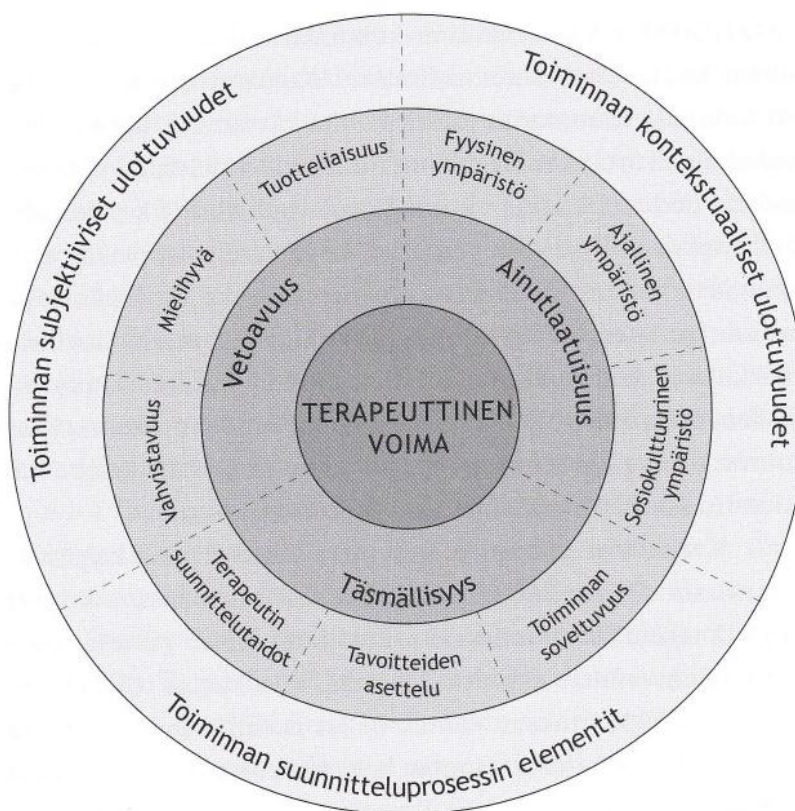
Opinnäytetyömme keskeisenä teoreettisena viitekehyksenä on Doris Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman malli. Mallissa toiminnan vetoavuus (appeal), ainutlaatuisuus (intactness) ja täsmällisyys (accuracy) saavat aikaan terapeuttisen voiman. Jokainen edellä mainittu käsite perustuu erilaiseen näkökulmaan toiminnasta. Vetoavuus kuvaa subjektiivisia, omakohtaisia kokemuksia toiminnasta, ainutlaatuisuus puolestaan kuvaa toiminnan kontekstuaalisia ulottuvuuksia ja täsmällisyys kuvaa toiminnan suunnitteluprosessiin liittyviä elementtejä. (Pierce 2003: 9–11.) Toiminnan suunnitteluprosessin elementit liittyvät terapiainterventioon, ja koska opinnäytetyömme tarkoituksena on erityisesti saada tietoa siitä, mikä klubitalon toiminnassa on vetoavaa ja ainutlaatuista toisin sanoen mikä toiminnassa motivoi 18–35-vuotiaita jäseniä, jätämme tämän toiminnan suunnittelun osa-alueen pois opinnäytetyömme teoriaperustasta. Hyödynnämme näin ollen mallin subjektiivisia ja kontekstuaalisia ulottuvuuksia tarkastellessamme toimintaan motivoitumista. Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman mallin avulla meillä on mahdollisuus analysoida Helsingin Klubitalon toimintaan motivoitumista jäsentyneesti ja kattavasti jäsenten kokemusten kautta.

Opinnäytetyössämme tarkastelemme motivoitumista myös Gary Kielhofnerin (2008) inhimillisen toiminnan mallin tahtokäsitteen ja psykologian teorioiden kautta. Doris Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman malli auttaa meitä ymmärtämään toiminnan motivoivia tekijöitä kun taas inhimillisen toiminnan mallin tahto käsitteen sekä psykologian selittämän motivaation avulla saamme tarkastelunäkökulmaa myös yksilön sisäisiin motivaatiotekijöihin. Psykologian teoriaa motivaatiosta hyödynnämme saadaksemme näkökulman tutkimuskysymykseemme myös toimintaterapian viitekehysten ulkopuolelta. Seuraavissa luvuissa esittelemme mallit ja teoriat yksityiskohtaisemmin.

3.1 Doris Piercen terapeuttisen toiminnan voiman malli

Toimintaterapiassa toiminnan tavoitteellinen käyttö on olennaista, ja se edellyttää toiminnan elementtien ja niiden välisten suhteiden ymmärtämistä. Doris Pierce (2003) antaa yhden näkökulman terapeuttiseen toimintaan ja toiminnan käyttöön. Malli kuvaa toiminnan terapeuttisen voiman elementtejä toiminnan lähtökohdista, ja se selkiyttää toimintaterapeutille toiminnan käytön prosessia. (Hautala – Hämäläinen – Mäkelä – Rusi-Pyykönen 2011: 117–118.)

Doris Piercen mallissa (2003: 9) subjektiivisiin ulottuvuuksiin (subjective dimensions of occupation) kuuluu mielihyvä (pleasure), tuotteliaisuus (productivity) ja vahvistavuus (restoration), mitkä vaikuttavat toiminnan vetovoimaan. Kontekstuaaliset ulottuvuudet (contextual dimensions) käsittävät fyysiset (spatial), ajalliset (temporal) ja sosiokulttuuriset (sociocultural) ympäristötekijät, mitkä puolestaan vaikuttavat toiminnan ainutlaatuisuuteen. Edellä mainitut osa-alueet auttavat meitä selvittämään syvemmin tekijöitä, jotka vaikuttavat toimintaan motivoitumiseen. Opinnäytetyömme teemahaastattelun rakenne ja aineiston analysoiminen muotoutuu näiden käsitteiden pohjalta.



Kuvio 3. Toiminnan terapeuttisen voiman malli (Hautala ym. 2011).

3.1.1 Toiminnan subjektiiviset ulottuvuudet

Subjektiiviset ulottuvuudet tuotteliaisuus, mielihyvä ja vahvistavuus saavat aikaan toiminnan vetoavuuden. Tuotteliaisuus sisältää tarpeen haasteisiin, tylsistymisen välttämisen, työmoraalin, työidentiteetin ja rasituksen. Mielihyvän kokeminen syntyy vapaaajasta, tuntemuksista, huumorista, rituaaleista ja riippuvuudesta. Mallissa vahvistavuus merkitsee toimintoja, jotka auttavat palautumaan rasituksesta ja saamaan energiaa. Sitoutuakseen toimintaan henkilön on nautittava siitä tai pidettävä sitä piristävänä tai tärkeänä tavoitteiden saavuttamiseksi. (Pierce 2003:10–11.)

Tuotteliaisuuden Pierce (2003) määrittelee muun muassa siten, että ihmisillä on luonnostaan tarve pyrkiä kohti tavoitteita ja itselle asetetuista haasteista saadaan suurta tyydytystä. Kulttuurimme arvostaa tuottavuutta ja mittaa ihmistä sillä, mitä hän tekee. Ihmisellä on myös tarve saada toiminnallaan aikaan asioita, ja kyky olla tuottava on tärkeä osa sitä, mitä olemme ihmisinä ja toiminnallisina olentoina. Määrittelemme usein itsemme ja toisemme työn kautta. Puhuessamme työstämme, kerromme keitä olemme. Näin ihmiset ilmaisevat omaa identiteettiään yhteisössä. Tuotteliaisuus ei käsitä pelkästään palkkatyötä, vaan se voi olla myös muuta tavoitesuuntautuvaa toimintaa esimerkiksi opiskelua tai vapaaehtoistyötä. Tuotteliaisuus on melkein vastakohta mielihyvälle, sillä siinä painottuu lopputulos enemmän kuin itse prosessi. On kuitenkin mahdollista, että toiminta on sekä tuottavaa että mielihyvää aikaansaavaa. Piercen mukaan ihmiselle tuottaa tyydytystä saavuttaa omia tavoitteitaan, vaikka ne eivät olisi yleisesti merkittäviä asioita. (Pierce 2003: 44–65.)

Pierce viittaa Csikszentmihalyin Flow-teoriaan, missä henkilö keskittyy toimintaan niin intensiivisesti, että kaikki muu jää vaille huomiota. Flow-teoria tarjoaa hyödyllisen näkökulman tuotteliaisuuteen. Flow-tila voi syntyä, kun toiminnan haasteet ja henkilön taidot ovat oikeassa suhteessa toisiinsa. Päästessään flow-tilaan työssään henkilö kokee sellaista nautintoa ja tyydytystä, jota hän ei voi ilman omien päämäärien tavoittelemista kokea. Vastakohtana flow-tilalle voidaan pitää esimerkiksi tylsistynyttä henkilöä, joka ei itse ole päässyt tai kyennyt asettamaan tavoitteitaan toiminnalle, vaikuttamaan toimintojen valintaan ja saanut mielikuvaa lopputuloksista. Tällaisissa tilanteissa henkilö saattaa hetkellisesti olla mukana toiminnassa, mutta tylsistyminen ajaa hänet pian etsimään muuta tekemistä. (Pierce 2003: 61–62.)

Mielihyvän kokemisessa keskeistä on prosessisuuntautuneisuus ja toiminnasta nauttiminen. Henkilö on motivoitunut sitoutumaan toimintoihin, jotka ovat hänen mielestään miellyttäviä. Mielihyvän tunteminen on yksilöllistä ja mieltymys johonkin toimintaan tai asiaan syntyy omakohtaisista kokemuksista. Eri ihmiset kokevat erilaisista asioista mielihyvää. Mielihyvää voi aikaansaada sekä tuottavat että vahvistavat toiminnot. Harvoin kuitenkaan molemmat ilmenevät samanaikaisesti samassa toiminnassa. Saa-daksemme ymmärrettävämmän kuvan siitä, miten mielihyvä ilmenee jokapäiväisessä elämässämme tai toiminnan aikana täytyy meidän tietää, millä tavalla mielihyvän kokeminen voi syntyä. Aivojen limbisellä järjestelmällä on tehtävänsä mielihyvän kokemisessa. Limbinen järjestelmä osallistuu esimerkiksi motivaation ja tunteiden säätelyyn sekä fyysisten muistikokemusten ja tunnetilojen kokemiseen. Toiminnoista saadut tunteukset vaikuttavat myös mielihyvän kokemiseen. Henkilö voi tuntea mielihyvää myös huumorista, vaarojen uhmaamisesta ja merkityksellisistä rituaaleista saaduista kokemuksista. (Pierce 2003: 80–86.)

Ihminen tarvitsee **vahvistavuutta** voidakseen tehdä toimintoja riittävällä energialla. Länsimaisessa kulttuurissa painotamme usein toiminnan tuotteliaisuutta laiminlyöden virkistäytymisen näkökulman. Usein arvioimme itseämme ja toisia saavutuksien mukaan. Perustarpeiden tyydyttäminen, esimerkiksi nukkuminen ja syöminen, ovat ihmiselle elintärkeitä vahvistavia toimintoja. Ilman riittävää ravinnon saantia ja laadukasta unta tuottavuuden ja mielihyvän kokeminen vähenee. Ihminen tarvitsee tuottavien toimintojen välissä vahvistavia taukoja. On hyvä pitää esimerkiksi kahvi- ja ruokataukoja/tai tehdä jotain ihan muuta työpäivän lomassa. Ruokailulla on perustarpeiden tyydyttämisen lisäksi myös sosiaalinen merkitys. Yhdessä syöminen mahdollistaa sosiaalisen kanssakäymisen toisten kanssa. Myös kansallisiin ja uskonnollisiin juhlapäiviin liittyy symbolisia ruokia ja ateriointitraditioita, jotka lisäävät vahvistavuutta antamalla tauon arjen rutiineista. (Pierce 2003: 98,106–110.)

3.1.2 Toiminnan kontekstuaaliset ulottuvuudet

Kontekstuaaliset ulottuvuudet kuvaavat ympäristöä, jossa toiminta tavallisesti henkilön elämässä toteutuu. Toiminnan ajallinen, fyysinen ja sosiokulttuurinen ympäristö tekevät toimintatilanteesta ainutlaatuisen. (Pierce 2003: 10–11.)

Fyysinen ympäristö käsittää fyysisen kehon, ympäristön olosuhteet, esineiden käytön ja tilojen symbolisen merkityksen. Ihminen kokee Piercen (2003: 152) mukaan ympäristön, jossa hän toimii, pääasiallisesti oman kehon kautta. Yksilölliseen ja ainutlaatuiseseen kokemukseen toiminnasta tietyssä ympäristössä vaikuttaa sen hetkinen viireystila, fyysinen kapasiteetti ja ympäristön olosuhteet. Se, onko ihminen esimerkiksi väsynyt, iloinen, masentunut, keskittynyt tai innostunut, vaikuttaa toiminnan kokemiseen. Toiminnan kokemiseen vaikuttaa myös se, millä tavoin yksilöt kokevat ympäristön, minkälainen tila on, millaiset ovat välineet ja tavarat sekä onko muita ihmisiä paikalla.

Ihmisten fyysisistä, psyykkisistä ja biologisista erilaisuuksista huolimatta kaikilla on tarve tuntea, liikkua ja vaikuttaa ympäristöönsä ja ympäristössä osallistuakseen toimintaan. Yksilöt kokevat ja aistivat subjektiivisesti fyysisen ympäristön mahdollisuudet ja riskit riippuen iästä, kasvusta, sukupuolesta, sairauksista ja toimintakyvystä. Yksilön toimintaan osallistumiseen ja toiminnan kokemukseen ei pelkällä tilan koolla tai ympäristöllä ole vaikutusta, vaan myös esimerkiksi valaistuksella, äänen voimakkuudella, häiriötekijöillä ja vaarojen uhilla on merkitystä. (Pierce 2003: 155–156.)

Fyysisellä ympäristöllä on myös sosiaalisen ympäristön merkitys toiminnan kokemisessa ainutlaatuisena. Paikat elämässämme ovat osa sitä, millä tavoin olemme olemassa tässä maailmassa, kuinka tyypillisesti osallistumme ja millä tavoin koemme toiminnan. Sosiaalinen ympäristö voi äärioloissa esiintyä stressaavana tilanahtautena tai todellisuutena yksinäisyytenä. Yksilöstä ja toiminnan muodosta riippuu, minkälainen sosiaalinen ympäristö on toivottua. (Pierce 2003: 161–162.)

Ajalliseen ympäristöön sisältyy vuorokausirytmä, yhteiset aikataulut ja kellonajat, omakohtainen kokemus ajan kulumisesta, tapa organisoida päivittäiset toiminnot ja tyypillisten toiminnallisten tapojen kehittyminen ajan myötä. Jokaisella toiminnalla on oma muotonsa. Jokaisella ihmisellä on kuitenkin toiminnan aikana oma subjektiivinen ajallinen rytmensä. Toiminnan muoto voi olla sama, mutta se on joka kerta ajallisesti hieman erilainen, riippuen juuri sen hetkisestä tilanteesta, paikasta ja sosiaalisesta luonteesta. Eri ihmiset kokevat saman toiminnan eri tavalla. Koemme toiminnan tietyn vauhdin, keston, tahdin ja rytmin kautta. Se miten elämme ja rytmitämme päiviä, viikkoja ja vuosia, kertoo keitä olemme ja toisaalta myös muokkaa meitä ihmisenä. Jokai-

sella ihmisellä on oma ajallinen rytmensä, ja siihen vaikuttaa niin biologinen rytmi kuin sosiaalinen maailmamme. (Pierce 2003: 170, 181–183.)

Biologinen rytmi on erilainen lapsilla, aikuisilla ja vanhuksilla, mutta myös jokaisella ihmisellä on oma ainutlaatuinen rytmensä, jota säätelee aivot. Toiset ovat virkeämpiä aamulla kuin toiset. Biologiseen rytmiin vaikuttaa myös vuorotyön tekeminen ja psyykinen hyvinvointi. Biologinen rytmi säätelee omalta osaltaan toimintaamme, mutta myös sosiaalisella ympäristöllä on merkityksensä. Sosiaalinen ympäristö, missä elämme, kulttuuri ja muiden ihmisten odotukset sekä tavat ja rutiinit ohjaavat meitä myös rytmittämään aikaamme. (Pierce: 170–175, 185.)

Toiminnassa on monta vaihetta ja vähintään siinä on alku ja loppu. Usein jonkin toiminnan aloittaminen vaatii paljon enemmän energiaa kuin sen jatkaminen. Toiminnan aloittaminen vaatii myös ponnistelua suunnata tarkkaavaisuus pois kilpailevista mielenkiintoisista asioista. Kuitenkin kun aloittaminen on saavutettu, on meneillään olevaa toimintaa paljon helpompi jatkaa ja siirtyä toiminnasta toiseen sujuvasti varsinkin, jos toiminta on tuttua. Jatkaminen antaa myös mahdollisuuden kokea toimetttömyyden voittamisen. Toiminnot voivat ajallisesti olla lyhyitä tai ne voivat kestää vuosia. Aikuiset, joilla on pitkän ajan tavoitteita ja kehittynyt ymmärrys ajasta, voivat kokea toimintoja, jotka ovat pitkiä, monimutkaisia ja monivaiheisia. Pierce (2003) kutsuu tämän kaltaisia pitkiä tavoitesuunnattuja toimintoja, esimerkiksi koulun suorittamista loppuun, henkilökohtaisiksi prosesseiksi. Ne eivät ole varsinaisesti toimintoja, mutta ne ovat osa tapaamme ajatella ja järjestää toimintaamme. Edistymisen kohti henkilökohtaisia projekteja kasvattaa hyvinvointiamme. (Pierce: 182–185.)

Ihmisen toimintaan liittyy aina monitahoinen **sosiokulttuurinen ympäristö**. Pierce (2003: 199–200) jakaa sosiokulttuuriset tekijät kahteen osaan, sosiaalisiin ja kulttuuriin tekijöihin. Toiminnasta saatuun kokemukseen vaikuttaa toiminnan sosiaalinen luonne, mikä tarkoittaa jatkumoa yksin toimimisesta yhteiseen toimintaan. Yhteinen toiminta edellyttää toista ihmistä ja molempien sitoutumista toimintaan. Jotkut toiminnot ovat luonteeltaan yhteisiä, mutta toisten henkilöiden toiminta ei ole merkittävä edellytys toiminnalle. Näitä toimintoja sanotaan toisten kanssa jaetuksi toiminnaksi. Toisessa ääripäässä jatkumoa on yksin toimiminen. Yksin toimiminen tarkoittaa teke-

mistä, johon ei vaikuta toisten henkilöiden läsnäolo, vaikka he olisivatkin samassa tilassa.

Ihmisten välisillä suhteilla on suuri merkitys toiminnan kokemisessa, ja suhteiden luonne vaihtelee suuresti. Suhteet voivat olla eripituisia ja niiden tärkeys, intiimiys, vaikutus henkilöön, vertaisuus tai erivertaisuus vaihtelevat ja ne voivat herättää erilaisia tunteita. Meillä jokaisella on myös kulttuuritaustasta riippuvia käsityksiä siitä, millaisia erilaiset ihmissuhteet ovat. Sosiaaliin tekijöihin vaikuttavat myös ihmisten väliset muodolliset yhteydet ja organisaatiot. Organisaatioksi voidaan kutsua ryhmää ihmisiä, joilla on yhteinen tavoite tai päämäärä. Yhteiset tavoitteet tekevät organisaatioon kuuluvien yksilöiden toiminnan toisistaan riippuvaiseksi. (Pierce 2003: 201.)

Jokaisessa kulttuurissa on omat rituaalinsa esimerkiksi juhlapäiviin ja isänmaallisiin tapoihin liittyen. Kulttuuri vaikuttaa myös siihen, kuinka toiminta tyypillisesti koetaan ja millaisena se esiintyy. Eri kulttuureissa on merkittäviä eroja esimerkiksi tavoissa kommunikoida ja sukupuolten välisissä suhteissa sekä siinä, miten eri-ikäiset ihmiset ovat vuorovaikutuksessa keskenään. (Pierce 2003: 202–203.)

3.2 Tahto Gary Kielhofnerin inhimillisen toiminnan mallissa

Toimintaterapeutit ympäri maailmaa käyttävät Gary Kielhofnerin (2008) inhimillisen toiminnan mallia, joka tukee asiakaslähtöistä toimintaterapian toteuttamista ja jossa keskeistä on toiminta. Mallin käsitteet auttavat toimintaterapeuttia ymmärtämään motivoitumista toimintaan, toimintojen jäsentymistä sekä ihmisen, toiminnan ja ympäristön välistä vuorovaikutusta. (Hautala ym. 2011: 234–235.)

Inhimillisen toiminnan mallissa yhtenä osa-alueena tarkastellaan ihmisen tahtoa, joka kuvaa henkilön motivoitumista toimintaan. Tahto (volition) muodostuu henkilökohtaisesta vaikuttamisesta (personal causation), arvoista (values) ja mielenkiinnon kohteista (interests). Nämä kaikki vaikuttavat henkilön kokemukseen ja toiminnan tulkintaan sekä toiveisiin ja valintoihin. (Kielhofner 2008: 34.)

Kulttuurilla ja elinympäristöllä on suuri vaikutus henkilön ajatuksiin omista vaikutusmahdollisuuksistaan ja siihen, millaista toimintaa hän tavoittelee. Jokaisella henkilöllä

on kuitenkin yksilölliset ajatukset ja tunteet, jotka ohjaavat tahtoa. Se heijastaa henkilön omaa elämänhistoriaa ja olosuhteita, jotka ovat muovanneet tahtoa ja muovaavat edelleen. Ihmisellä on myös tarve olla pätevä toiminnassa, jota hän arvostaa. (Kielhofner 2008: 34–36.)

Henkilökohtainen vaikuttaminen voidaan jakaa kahteen osa-alueeseen: käsitykseen omasta suorituskyvystä ja omista vaikutusmahdollisuuksista. Kun henkilö luottaa omaan suorituskyykyynsä ja vaikutusmahdollisuuksiinsa, hän etsii mahdollisuuksia toimia, hyödyntää saamaansa palautetta muokatessaan toimintaa ja ponnistelee kohti tavoitteitaan. (Kielhofner 2008: 34–36.)

Arvot vaikuttavat siihen, millaisia vaikutuksia toiminnalla on henkilön omanarvontunteeseen. Mikäli henkilön arvot ohjaavat sitoutumaan kulttuurissa merkitykselliseen ja hyväksyttävään toimintaan, hän voi tuntea kuuluvansa johonkin ja saavansa arvostusta toimiessaan arvojensa mukaisesti. Arvoihin vaikuttavat myös henkilön vakaumus ja ajatukset velvollisuuksista. (Kielhofner 2008: 39–41.)

Mielenkiinnon kohteet inhimillisen toiminnan mallissa kuvaavat toimintoja, joista henkilö nauttii ja joiden tekemisestä hän kokee tyydytystä. Nautintoa voivat tuottaa kehossa tunnettu mielihyvä, joka liittyy fyysiseen ponnisteluun, erilaisten materiaalien ja esineiden käsittely, älyllisesti kiehtova toiminta, esteettinen tyydytys taiteellisen tuotoksen kautta, taitojen käyttäminen haasteiden kohtaamisessa, miellyttävän tuotoksen luominen ja yhteys toisiin ihmisiin. (Kielhofner 2008: 42–44.)

3.3 Sisäiset ja ulkoiset motivaatiotekijät psykologian näkökulmasta

Kuten jo edellä lähtökohdissa tuli esiin, motivaatiota voidaan määritellä monella eri tavalla ja siitä löytyy paljon kirjallisuutta ja teoriaa. Luettuamme eri kirjallisuutta motivaatiosta, päädyimme hyödyntämään opinnäytetyömme teoriaperustassa erityisesti Pekka Ruhotien (1998) koontia sisäisistä ja ulkoisista motivaatiotekijöistä. Tätä kautta saimme laajemman näkökulman motivaatiosta toimintaterapian viitekehysten lisäksi. Ruhotien (1998: 36–37) mukaan motivaatio on motiivien aikaansaama tila, missä motiivit virittävät ja ylläpitävät henkilön käyttäytymisen suuntaa ja näin ollen ovat pää-

määräsuuntautuneita joko tiedostettuina tai tiedostamattomina. Motivaation kehittymiseen vaikuttaa usko omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin.

Palkkiolla ja kannusteilla on suuri merkitys sille, miten innokkaasti asetettuihin tavoitteisiin pyritään. Ruohotie (1998) on koonnut eri tutkijoiden näkemyksiä sisäisten ja ulkoisten palkkioiden vaikutuksesta motivaatioon. Sisäisiä palkkioita ovat muun muassa työn sisältöön liittyvät (monipuolisuus, vaihtelevuus, haasteellisuus, mielekkyys, itsenäisyys, onnistumisen kokemukset), ylimmän asteen tarpeita tyydyttävät (pätemisen tarve, itsensä toteuttamisen ja kehittämisen tarve) ja subjektiiviset tekijät (tyytyväisyys, työn ilo). Ulkoisia palkkioita puolestaan ovat esimerkiksi työn ympäristöstä johdettavat (palkka, ulkopuolinen tuki ja kannustus, kiitos/tunnustus, osallistumismahdollisuus). Alemman asteen tarpeita tyydyttävät (yhteenkuuluvuuden tarve, turvallisuuden tarve, ravinnon tarve) ja objektiiviset tekijät, jotka esiintyvät esineiden tai tapahtumien muodossa (raha, kannustava tilanne). (Ruohotie 1998: 37–38.)

Erilaisista sisällöistä huolimatta sisäistä ja ulkoista motivaatiota ei voida pitää täysin erillään, vaan ne pikemminkin täydentävät toisiaan esiintymällä samanaikaisesti, tosin toiset motiivit voimakkaammin kuin toiset. Sisäiselle motivaatiolle on ominaista, että syyt käyttäytymiseen ovat sisäisiä ja se on yhteydessä ylimmän asteiden tarpeiden tyydytykseen kuten itsensä toteuttamisen ja kehittämisen tarpeeseen. Ulkoiselle motivaatiolle puolestaan ominaista on, että se on riippuvainen ympäristöstä eli joku muu kuin henkilö itse välittää palkkiot. Usein ulkoiset palkkiot tyydyttävät alemman asteen tarpeita kuten esimerkiksi yhteenkuuluvuuden ja ravinnon tarpeita. Sisäiset palkkiot ovat usein tehokkaampia kuin ulkoiset palkkiot, koska ne ovat kestoaltaan pitkäaikaisia ja ne voivat muodostua pysyväksi motivaation lähteeksi, kun taas ulkoiset palkkiot ovat yleensä kestoaltaan lyhytaikaisia ja tarvetta niihin voi esiintyä useinkin. (Ruohotie 1998: 38–39.)

Haastattelurungossa ja sisällön analyysissä sisällytimme edellä mainitut näkemykset sisäisten ja ulkoisten palkkioiden vaikutuksesta motivaatioon Doris Piercen (2003) teorian pohjalta luomiimme teemoihin. Seuraavassa luvussa kuvaamme tarkemmin teemarungon rakentumisen ja haastattelun toteutumisen käytännössä sekä aineiston analysoimisen.

4 Laadulliset tutkimusmenetelmät

Laadullisen tutkimuksen menetelmät ovat tärkeä osa yhteiskunta- ja kasvatustieteen metodivälineistöä. Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus ymmärretään yksinkertaisesti aineiston ja analyysin muodon käsitteellisenä kuvauksena (ei numeerisena). (Eskola – Suoranta 2000: 13.) Tällaisella tutkimuksella tarkoitetaan monia erilaisia tulkinnallisia tutkimuskäytäntöjä, ja sitä on vaikea määritellä tyhjentävästi, koska sillä ei ole omaa teoriaa tai paradigmaa. Laadullisen tutkimuksen keskeiset tutkimusmenetelmät ovat havainnointi, tekstianalyysi, haastattelu ja litterointi. (Metsämuuronen 2003: 162–167.)

Kehiteltäessä mielenterveyspalveluja ja mielenterveystyötä on tullut esiin muun muassa tarve kuulla mielenterveyspalvelujen käyttäjiä ja heidän näkemyksiään palveluiden laadusta ja toiminnasta. Tilastot kertovat oman näkökulman mutta eivät kerro yksilön omia kokemuksia asiasta. (Pesonen 2006: 1–9.) Opinnäytetyössämme käytimme teemahaastattelua aineistonkeruumenetelmänä, minkä avulla halusimme saada jäsenien oman äänen kuuluviin ja luoda mahdollisuuksia kehittää Helsingin Klubitalon toimintaa heidän näkökulmastaan.

4.1 Eettiset kysymykset

Tutkimukseen liittyy eettisiä kysymyksiä kuten haastateltavien suostumuksen saaminen, luottamuksellisuuden takaaminen ja mahdollisten seurausten aiheutuminen (Hirsjärvi – Hurme 2008: 20). Näitä pyrittiin pohtimaan huolella ja myös yhdessä yhteistyökumppanimme yhteyshenkilön Anne Korhosen kanssa. Laadimme haastatteluun osallistuville nuorille jäsenille esittelykirjeen, missä kerroimme lyhyesti tutkimuksemme tarkoituksen, luottamuksellisuuteen liittyvät asiat, opinnäytetyön aikataulun ja haastatteluihin ilmoittautumiseen liittyvät tiedot. Haastateltavat olivat täysi-ikäisiä, joten pyysimme kirjallisena haastattelutilanteessa suoraan heiltä luvat käyttää haastatteluaineistoa opinnäytetyössämme (ks. liite 1). Kaikkien haastattelukertojen alussa kerroimme lyhyesti opinnäytetyöstämme ja sen tarkoituksesta sekä tähdensimme ja korostimme yksityisyyden säilymistä: haastattelut tehdään nimettöminä ja nauhoitetut kasetit sekä litteroidut haastattelut tuhoetaan opinnäytetyön julkistamisen jälkeen.

Haastattelurunkoa tehtäessä ja haastattelua toteuttaessa on hyvä ottaa huomioon tietojen, käsitysten, uskomusten, arvojen ja merkitysten tutkimisen haasteellisuus. Haastattelukysymysten soveltuvuus on varmistettava ja kokeiltava käytännössä. On myös hyvä huomioida se, että haastattelu on aina konteksti- ja tilannesidonnaista. Haastatteluun sisältyy aina tulkintaa, ja yleistämistä on pohdittava harkitusti ja tarkkaan. (Hirsjärvi – Hurme 2008: 11–12.) Myös kieleen ja käsitteisiin liittyvät ongelmat ovat keskeisiä haastattelua suunniteltaessa ja erityisesti haastattelutilanteissa. On huomioitava, että kielellinen valmius ja kommunikaatiotyyli vaihtelevat eri sosiaaliluokissa ja että esimerkiksi sivumerkitykset, käsitteiden ymmärtäminen, tutkijan omat lähtökohdat hahmottaa ilmiötä, haastattelijan ja haastateltavan kyvykkyys ja tyyli vaihtelevat tapauksittain. (Hirsjärvi – Hurme 2008: 48–49.)

Skitsofreniaa sairastavan puhe saattaa olla hajanaista ja epäloogista tai toisaalta hyvin seikkaperäistä tai yksityiskohtiin takertuvaa. Tällaisen henkilön voi olla vaikea suunnata ajatuksia tiettyyn päämäärään, jolloin ajatukset vähitellen ajautuvat pois aiheesta. Skitsofreniaan voi liittyä myös puheen köyhtymistä eli spontaanin puheen vähäisyyttä tai puuttumista. Henkilö saattaa tällöin esimerkiksi vastata kysymykseen lyhyesti, usein yhdellä sanalla. Toisaalta puheessa saattaa olla paljon sanoja, mutta informaatiota vähän. Skitsofreniaa sairastavalla tyypillinen oire on tunneilmaisun latistuminen, jolloin hän ei pysty kasvonilmeillään, eleillään, äänensävyillään ja katseellaan viestittämään erilaisia tunnetiloja. Skitsofreniaan liittyy myös kognitiivisten toimintojen häiriöitä muistin, keskittymisen ja tarkkaavuuden sekä toiminnanohjauksen alueella. (Isohanni – Suvisaari – Koponen – Kiesepä – Lönnqvist 2011: 77.)

Pohdimme paljon haastattelukysymyksiä ja itse tilannetta mielenterveyskuntoutujien näkökulmasta. Mahdollisten kommunikaatio- ja kielellisten vaikeuksien vuoksi rakensimme kysymykset mahdollisimman selkeiksi ja konkreettisiin tilanteisiin liittyviksi. Kävimme tutustumassa ja osallistumassa klubitalon toimintaan, millä pyrimme tekemään itsemme tutummaksi ja herättämään luottamusta jäsenissä sekä saamaan konkreettista kuvaa klubitalon toiminnasta.

4.2 Teemahaastattelut aineistonkeruumenetelmänä

Haastattelua pidetään joustavana tutkimusmenetelmänä, ja suora kielellinen vuorovaikutus tutkittavan kanssa mahdollistaa tiedonhankinnan suuntaamisen itse tilanteessa. Haastattelemalla on mahdollista saada selville vastausten taustalla olevia motiiveja, ja ei-kielelliset vihjeet auttavat ymmärtämään vastauksia. Haastattelulla voidaan motivoida paremmin tutkittavaa ja haastattelulla saadaan esiin kuvaavia esimerkkejä. Haittapuolena voidaan pitää sitä, että puolistrukturoidussakin haastattelussa tulee kuitenkin paljon tutkimusaiheen kannalta epärelevanttia materiaalia. Haastattelussa ei myöskään voida taata samanlaista anonymiteettiä kuin lomakekyselyssä. (Hirsjärvi – Hurme 2008: 34–38.)

Vertaillenamme eri aineistonkeruumenetelmiä päädyimme keräämään aineiston haastattelemalla. Haastattelemalla saimme enemmän tietoa tarkentavilla ja täydentävillä kysymyksillä. Tavoitteena oli myös taata suurempi osallistujien määrä. Arvelimme myös saavamme kuvaavampia ja rikkaampia vastauksia, kun olemme suorassa vuorovaikutuksessa klubitalon jäsenien kanssa.

Haastateltavien taustatietoja ja diagnooseja ei käsitelty missään vaiheessa opinnäytetyöprosessiamme. Pyrimme kuitenkin haastattelujen suunnittelussa ja toteutuksessa huomioimaan haastateltavien mielenterveysongelmiin liittyvät vaikeudet ja vuorovaikutukselliset erityispiirteet. Erityisesti perehdyimme skitsofreniaan liittyviin kommunikaatio- ja vuorovaikutusongelmiin kirjallisuuden kautta.

Teemahaastattelu on puolistrukturoitu haastattelumenetelmä, jolle on ominaista, että jokin haastattelun näkökohta on päätetty etukäteen mutta ei kaikkia. Haastattelussa kysymykset kohdistetaan tutkittavien omakohtaisiin kokemuksiin tilanteista, joita tutkija on ennalta analysoinut. Teemahaastattelussa on oleellista, että haastattelu etenee yksittäisten kysymysten sijaan teemojen varassa, mikä tuo tutkittavien äänen paremmin esille. Teemahaastattelussa huomioidaan se, että ihmisten tulkinnat sekä asioille antamat merkitykset ovat keskeisiä. (Hirsjärvi – Hurme 2008: 47–48.) Teemahaastattelu sopi aineistonkeruumenetelmäksi, koska olimme perehtyneet etukäteen motivaatiota käsitteleviin teorioihin, joiden avulla saimme kohdennettua kysymyksiä oleellisiin asioihin. Teemahaastattelulla koimme saavamme rungon haastattelutilanteeseen mutta säilyttävämme kuitenkin joustavuuden haastattelutilanteessa ja pystyvämme myös

paremmin ottamaan huomioon haastateltavien vuorovaikutustaidot kysymysten asettelussa, kun emme olleet luoneet tarkkoja kysymyksiä etukäteen.

Ryhmähaastattelu on keskustelua, missä osanottajilla on mahdollisuus spontaanisti kommentoida asioita ja tehdä huomioita, jolloin he usein tuottavat paremmin monipuolista tietoa tutkittavasta ilmiöstä (Hirsjärvi – Hurme 2008: 61). Ryhmähaastattelu mahdollistaisi paremmin osallistumisen keskusteluun haastateltavien omien kykyjen ja voimavarojen mukaan. Yksilöhaastattelu sen sijaan voisi olla liian intensiivistä ja vaativaa. Ryhmähaastattelu sopi myös klubitalon yhteisölliseen toimintakulttuuriin. Jäsenet ovat ennenkin osallistuneet tutkimuksiin, missä heitä on haastateltu ryhmissä. Ryhmähaastattelun avulla arvelimme jäsenten myös rohkaistuvan paremmin kertomaan mielipiteistään.

Haastattelurungon rakensimme perehtymällä klubitalon toimintaan ja toimintaan motivoitumista selittävien teorioiden avulla. Tutustuimme Helsingin Klubitalon toimintaan esittelymateriaalin ja kirjallisuuden avulla sekä osallistumalla toimintaan kahden päivän aikana. Lisäksi perehdyimme standardeihin, jotka ohjaavat kaikkien klubitalojen toimintaa ympäri maailmaa. Tutustumiskäynneillä saimme paljon arvokasta tietoa ja omakohtaista kokemusta toiminnasta sekä pystyimme luomaan suhdetta jäseniin. Opinnäytetyömme sai positiivisen vastaanoton jäsenien keskuudessa, ja siitä oltiin kiinnostuneita. Teimme myös opinnäytetyöstämme esittelykirjeen (ks. liite 2), joka oli samalla kutsu osallistua haastatteluihin. Yhteyshenkilömme Anne Korhonen lähetti esittelykirjeen kaikille 18–30-vuotiaille Helsingin Klubitalon jäsenille.

Haastattelun teemarunko rakentui Doris Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman mallin käsitteistä toiminnan vetoavuus (tuotteliaisuus, mielihyvä ja vahvistavuus) ja toiminnan ainutlaatuisuus (fyysinen, ajallinen ja sosiokulttuurinen ympäristö) sekä inhimillisen toiminnan mallin tahtokäsitteestä. Psykologian motivaatioteorian, jota hyödynnämme opinnäytetyössämme, sisällytimme teemarunkoon täydentämään aineiston teoriapohjaa. Työn sisältöön liittyvät tekijät (monipuolisuus, vaihtelevuus, haasteellisuus, mielekkyys, itsenäisyys, onnistumisen kokemukset) ja subjektiiviset tekijät (tyytyväisyys, työn ilo) liitimme mielihyvän osa-alueeseen. Ylimmän asteen tarpeita tyydyttävät tekijät (pätemisen tarve, itsensä toteuttamisen ja kehittämisen tarve) liitimme tuotteliaisuuden alle. Työn ympäristöstä johdettavissa olevat tekijät (palkka, ulkopuoli-

nen tuki ja kannustus, kiitos/tunnustus, osallistumismahdollisuus) liitimme sosiokulttuuriseen osa-alueeseen. Alemman asteen tarpeita tyydyttävät tekijät (yhteenkuuluvuuden tarve, turvallisuuden tarve, ravinnon tarve) sisällytimme vahvistavuuteen ja objektiiviset tekijät, jotka esiintyvät esineiden tai tapahtumien muodossa (raha, kannustava tilanne), liitimme fyysisen ympäristön alle.

Lisäksi klubitalon laatustandardit ohjasivat meitä suuntamaan kysymyksiä klubitalon toimintaan. Klubitagoon perehtymisen, teorian ja laatustandardien pohjalta teimme jokaisen teemarungon käsitteestä avoimet kysymykset. Kysymyksiä oli kuitenkin liian suuri määrä, ja niiden suora käyttö olisi saattanut tehdä haastattelusta liian strukturoidun. Yksinkertaistimme vielä haastattelurunkoa (ks. liite 3) ja poistimme inhimillisen toiminnan mallin tahtoa koskevan osa-alueen. Pohdimme, että yksilöstä lähtevät motivaatiotekijät nousevat mahdollisesti haastattelussa esiin ilman varsinaisia niihin kohdistuvia kysymyksiä. Lopullisessa versiossa ei ollut valmiita kysymyksiä vaan muistilista teoriasta nousseista teemoista. Tavoitteenamme oli näin luoda haastattelutilanteeseen joustavuutta ja keskustelevaa ilmapiiriä.

Tehtyäimme haastattelurungon valmiiksi kävimme testaamassa sitä tekemällä harjoitushaastattelun klubitallolla. Siihen osallistui neljä jäsentä, jotka olivat eri-ikäisiä kuin kohderyhmämme. Harjoitushaastattelun sekä siitä saadun palautteen perusteella haastattelurunko osoittautui toimivaksi ja saimme sillä sitä tietoa, mitä halusimme. Varsinaiset kolme haastattelua toteutettiin kolmen päivän aikana, ja niihin osallistui yhteensä kahdeksan henkilöä. Kahdessa ensimmäisessä haastattelussa oli kolme osallistujaa ja viimeinen oli parihaastattelu. Etukäteen ilmoittautuneista harva tuli lopulta paikalle, joten jouduimme houkuttelemaan osallistujia klubitallolla ennen haastattelujen alkamista. Haastattelujen ajankohtana ei ollut riittävästi alkuperäiseen ikäryhmään (18–30-vuotiaat) kuuluvia jäseniä, joten meidän oli nostettava osallistuvien ikärajaa, jotta saimme tarvittavan määrän haastateltavia. Näin myös meidän täytyi luonnollisesti muuttaa tutkimuskysymyksemme ikärajaa. Lopulta osallistujien ikäjakauma kasvoi, kun vanhimmat olivat 35-vuotiaita. Työnjaosta sovimme niin, että eri haastatteluissa toinen oli päähaastattelijana ja toinen huolehti nauhoituksista sekä mahdollisesti lisäsi tai tarkensi kysymyksiä. Olimme suunnitelleet sekä nauhoittavamme että videokuvaavamme haastattelutilanteet. Luovuimme kuitenkin videokuvaamisesta, koska se oli Anne Kor-

hosen mukaan lisännyt jäsenten epävarmuutta osallistua haastatteluihin (Korhonen 2011).

4.3 Aineiston analysointi teorialähtöisesti

Laadullisen aineiston analysointiin ei ole olemassa mitään erityistä valmista mallia (Eskola – Suoranta 2000: 137). Kirjallisuudesta löytyy kuitenkin erilaisia näkökulmia ja tarkastelutapoja siihen, mitä erilaisia vaiheita ja elementtejä analyysissä mahdollisesti on ja mitä asioita tulee ottaa huomioon. Yksinkertaisesti ilmaistuna analyysillä tarkoitetaan kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineiston lukemista huolellisesti, tekstimateriaalin järjestelyä, sisällön ja/tai rakenteiden erittelyä, jäsentämistä ja pohtimista. (Saaranen-Kauppinen – Puusniekka 2000: 7.1.) Kuitenkin, ennen kuin aineistoa voidaan alkaa varsinaisesti analysoida, se on purettava analysoitavaan muotoon esimerkiksi haastattelupuhe tekstiksi (Eskola - Suoranta 2000: 150). Se, miten tarkasti aineistoa on syytä litteroida, riippuu tutkimusongelmasta mutta myös siitä, ollaanko kiinnostuneita sisällöstä vai onko huomio esimerkiksi ilmaisussa ja kielenkäytössä (Saaranen-Kauppinen ym. 2006: 7.1).

Litteroimme haastattelut elokuun aikana. Kaikki kolme haastattelukertaa kestivät keskimäärin 42 minuuttia. Haastattelujen purkaminen tekstiksi kesti kaiken kaikkiaan 19 tuntia. Litteroitua materiaalia tuli yhteensä 25 sivua fonttikoolla 12. Opinnäytetyösämme olemme erityisesti kiinnostuneita haastateltavien omasta kokemuksesta Helsingin Klubitalon toimintaan motivoitumisesta, joten analyysissä huomiomme kiinnittyy aineiston sisältöön eikä esimerkiksi siihen, millä tavoin ryhmähaastattelussa keskustellaan. Niinpä koodasimme haastateltavat roomalaisin numeroin litteroituun aineistoon salassapidon säilyttämiseksi, mutta muita erityisiä merkintöjä tai koodauksia emme käyttäneet.

Laadullisessa analyysissä on kaksi vaihetta: havaintojen pelkistäminen ja arvoituksen ratkaiseminen. Havaintojen pelkistämisessä on erotettavissa kaksi eri osaa. Ensinnäkin analyysi tehdään aina tietyn viitekehyksen läpi eli toisin sanoen analyysi on aineiston tarkastelua tietyistä teoreettis-metodologisesta näkökulmasta. Aineistossa kiinnitetään huomio vain siihen, mikä on teoreettisen viitekehyksen ja kysymyksen asettelun kannalta olennaista. Tällä tavoin litteroitu tekstimassa saadaan pelkistettyä hieman hallit-

tavampaan muotoon kadottamatta kuitenkaan sen sisältämää informaatiota. (Alasuutari 1999: 40.) Laadullisen analyysin tapoja ovat esimerkiksi kvantifioiminen, teemoittelu, tyypittely, sisällön erittely ja keskusteluanalyysi. Tutkija valitsee analysointitavan, joka tuo parhaiten vastauksen omaan tutkimusongelmaan. Teemoittelulla tarkoitetaan aineiston pilkkomista ja järjestämistä erilaisten aihepiirien mukaan. Teemoittelun tarkoituksena on nostaa esiin tutkimusongelmaa valaisevia teemoja eli litteroidusta tekstistä pyritään löytämään ja erottelamaan tutkimusongelman kannalta olennaiset aiheet. Irrotetut sitaatit (tekstikatkelmat) järjestetään teemoittain sitaattikokoelmaksi. Teemoittelu on sopiva aineiston analysointitapa, kun tavoitteena on käytännön ongelman ratkaiseminen ja halutaan saada olennaista tietoa jostakin ilmiöstä. Teemoittelussa olennaista on aineiston ja teoriapohjan yhteys. (Eskola ja Suoranta 2000: 159–188.)

Opinnäytetyömme aineiston analysointitapana teemoittelu sopi parhaiten tutkimusongelmamme kohdentamiseen ja oleellisten näkökulmien löytämisen avuksi. Teemoittelu sopi myös sen takia, että olimme keränneet aineistomme jo ennalta asetettujen Doris Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman mallin teorian käsitteiden kautta, ja näin ollen teemat oli jo valmiiksi mietitty. Teemat olivat toiminnan vetoavuus (tuotellisuus, mielihyvä ja vahvistavuus) ja toiminnan ainutlaatuisuus (fyysinen, ajallinen ja sosiokulttuurinen ympäristö). Rakensimme taulukon käsitteistä jo aikaisemmin luomasimme haastattelun teemarungosta ja poimimme litteroidusta aineistosta kaikki haastateltavien sitaatit, jotka liittyvät kuhunkin käsitteeseen. Ennen varsinaisia haastatteluja olimme jättäneet haastattelurungosta pois inhimillisen toiminnan mallin tahtokäsitettä koskevat kysymykset, mutta havaitsimme pelkistämisen ensimmäisessä vaiheessa teemoittelun yhteydessä, että aineistosta kuitenkin löytyi huomioitavia asioita, jotka liittyvät tahtoon eli yksilöstä lähteviin motivaatiotekijöihin. Tämän vuoksi teimme oman taulukon myös tästä teemasta. Teemoittelun jälkeen perehdyimme ensin yksin, sitten yhdessä aineistoon. Luimme ja pohdimme aineistoa sekä teimme korjauksia.

Kvalitatiivisen tutkimuksen analysoinnissa on hyvä pitää mielessä, että absoluuttista ratkaisua tutkimuskysymyksille ei voida todentaa, vaan tutkimusongelmiin etsitään näkökulmia. Aineisto ei sellaisenaan anna ratkaisuja tutkimuskysymyksiin, vaan sitä on luettava ja pohdittava. Aineistoon on perehdyttävä huolellisesti, jotta päästään selville siitä, mitä se sisältää ja millaisia näkökulmia sen kautta voidaan tutkimusongelmaan ottaa. (Saaranen ym. 2006: 7.1.1.)

Havaintojen pelkistämisen toisessa vaiheessa ideana on edelleen karsia havaintomäärää havaintojen yhdistämisellä. Edellisen vaiheen sitaatit yhdistetään yhdeksi havainnoksi tai harvemmaksi havaintojen joukoksi etsimällä havaintojen yhteinen piirre tai nimittäjä tai muotoilemalla oma sääntö, joka tältä osin pätee koko aineistoon. (Alasuutari 1999: 40.) Analyysitapana tällä tarkoitetaan tyypittelyä, joka edellyttää aina teemoittelua. Tyypittelyllä tarkoitetaan siis aineiston ryhmittelyä tyypeiksi eli aineistosta muodostetaan ryhmiä, jotka sisältävät samankaltaisia ilmiöitä. Tyypit siis tiivistyvät ja tyypillistyvät. (Eskola – Suoranta 2000: 181 – 185.) Kopioimme edellä kuvatussa teemoitteluvaiheen taulukosta jokaisen teeman erilliselle tiedostolle. Jokaisesta teemasta poimimme samankaltaisia tekstikatkelmia samaan lokeroon ja teimme muodostuneille lokeroille uuden oman otsikon eli tyypin, joka mielestämme parhaiten kuvasi sisältöä. Näin muodostui teorian yläteemoille alateemat (ks. taulukko 1).

Taulukko 1. Aineiston analysoinnin teemat

| | | |
|-----------------|--------------------------------|--|
| Vetoavuus | Tuotteliaisuus | henkilön tavoitteet klubitalolla käymiseen, mahdollisuus työllistyä siirtymätyön kautta sekä kuntoutuminen ja ammatillinen kehittyminen |
| | Mielihyvä | klubitalon ilmapiiri, onnistumisen kokemukset ja työtoimintojen monipuolisuus |
| | Vahvistavuus | mahdollisuus ruokailuun, vapaa-ajan toiminta ja kansalliset juhlat |
| Ainutlaatuisuus | Fyysinen ympäristö | fyysinen kapasiteetti ja vireystila suhteessa ympäristöön, klubitalon sijainti ja klubitalon tilat |
| | Ajallinen ympäristö | päivärytmin harjoittelu, klubitalolla käyminen omien aikataulujen mukaan, toimetmuuden voittaminen ja omaan tahtiin työskenteleminen sekä mahdollisuus edetä klubitalolla prosessinomaisesti |
| | Sosiokulttuurinen ympäristö | klubitalon ohjaajien sekä ulkopuolinen, erityisesti hoitotahon, tuki ja kannustus sekä vertaisuus |
| Tahto | Henkilökohtainen vaikuttaminen | käsitys omista kyvyistä ja osallisuudesta sekä vapaaehtoisuus |

Luokiteltuamme aineiston yllä oleviin teemoihin teimme ilmaisuista vielä pelkistetyt versiot (ks. liite 4). Näin saimme aineiston hallittavampaan muotoon, ja samankaltaiset ilmaukset olivat helpommin löydettävissä. Luokiteltuamme aineiston aloitimme tulosten kirjoittamisen.

5 Toimintaan motivoituminen klubitalolla

Haastatteluissa saamamme aineiston pohjalta kuvaamme kahdeksan jäsenen (18–35-vuotiaiden) kokemuksia toimintaan motivoitumisesta Helsingin Klubitalolla. Tarkastelomme aineistoa teorian mukaisten teemojen kautta. Niitä ovat toiminnan subjektiiviset (tuotteliaisuus, mielihyvä ja vahvistavuus) ja kontekstuaaliset tekijät (fyysinen, ajallinen ja sosiokulttuurinen ympäristö) sekä tahto (henkilökohtainen vaikuttaminen).

5.1 Toiminnan motivaatioon vaikuttavat subjektiiviset tekijät

Subjektiiviset tekijät tekevät toiminnasta Piercen (2003) mukaan vetoavaa. Vetoavuuden osa-alueita ovat tuotteliaisuus, mielihyvä ja vahvistavuus. Edellä mainittujen teemojen avulla olemme analysoineet haastateltavien subjektiivisiin tekijöihin liittyviä kokemuksia klubitalotoimintaan motivoitumisesta.

Haastatteluaineistossa **tuotteliaisuuden** osalta esiin tulevia tekijöitä ovat henkilön omat tavoitteet klubitalolla käymiseen, mahdollisuus työllistyä siirtymätyön kautta sekä kuntoutuminen ja ammatillinen kehittyminen. Osalle jäsenistä tavoitteena on käydä klubitalolla, jotta päivään tulisi sisältöä ja olisi mahdollisuus tavata ystäviä. Suurimmalla osalla haastateltavista tavoitteena ja motivoivana tekijänä on mahdollisuus siirtymätyön kautta saada kokemusta työelämästä ja tulevaisuudessa mahdollisesti työelämään pääseminen tai palaaminen, kuten kaksi haastateltavista kuvasi:

*”mä oon nyt siirtymätyössä ni et sitä kautta yritän vähitellen palata työelämään sitte, et nyt mä teen kuus tuntii viikossa ja siivoustyötä ja sit to-
ta myöhemmin sitte kasvattaa sitä tuntimäärää ja ja sitte olla ehkä koko-
päiväsestikki jossai vaiheessa” (haastateltava II)*

*”ja sitku tääl on siirtymätyö ja tuettu työ et nekin ja sit et työllis-
tyis...enemmänki tai sillei tai sit johonkin opiskeluunkin hakeutuminen”
(haastateltava VI)*

Eräs haastateltavista toi esiin siirtymätöiden vähäisen tuntimäärän. Haastateltava kuvasi suurimmassa osassa siirtymätöiden tuntimäärän olevan 10 tuntia viikossa. Tuntimäärä tuntui liian vähäiseltä, jos esimerkiksi toimintakyky olisikin parempi ja henkilö pystyisi viikossa tekemään työtunteja enemmän:

”osittain joo tuntuu et ne tuntimäärät on hirveen vähäisiä et niissä on monissa se et about 10 tuntii viikossa et vaikei haluisikaan täyttää työviikkoo tai jaksais niin että tota et se sit tuntuu taas aika vähältä sit jotenki” (haastateltava VI)

Klubitalolla käyminen koettiin hyvänä kuntoutumismuotona: siellä käyminen vähentää mielenterveyshäiriön oireita, on mahdollisuus kokeilla omia rajoja, siirtymätöiden kautta saa itseluottamusta omiin kykyihin ja klubitalo on matalan kynnyksen paikka aloittaa ammatillinen kuntoutuminen. Haastateltavat toivat esiin positiivisena seikkana työtehtävien mahdollisuuksia, jotka liittyvät ammatilliseen kuntoutumiseen. Klubitalolla voi eri työyksiköissä kokeilla töitä oman kiinnostuksen mukaan ja näin päästä kehittämään identiteettiään ja työroolia, kuten eräät haastateltavat ilmaisivat:

”no tääl on niinku mahollisuuksia et on just siirtymätyöt se on hyvä et siin tulee niinku itseluottamusta” (haastateltava IV)

”no mua kiinnostaa ravintolatyöt kiinnostunut ja oon pyrkinytkin johonkin ravintolaan et oisko must esimerkiks tiskaajaks niille mut tää on just et tääl on mahollisuus kokeilla sitä” (haastateltava V)

Mielihyvä aikaansaavia tekijöitä ovat klubitalon hyvä ilmapiiri, onnistumisen kokemukset ja työtoimintojen monipuolisuus. Kaikissa haastatteluissa jäsenet kuvailivat klubitalon ilmapiiriä positiiviseksi ja sallivaksi. Ilmapiiri koettiin mielialaa kohottavaksi ja vaikeitakin asioita voidaan käsitellä huumorin kautta. Hyvänä asiana pidettiin myös sitä, että sosiaalisessa kanssakäymisessä jäsenten välillä mielenterveyden ongelmiin suhtaudutaan huumorilla.

”tääl on hyvä ilmapiiri mikä motivoi tulemaan tänne” (haastateltava II)

*”no on mun mielest sitäkin, et vaikeita asioita pystyy sit huumorilla suh-
tautuu” (haastateltava VI)*

*”se on aina parempi olla täällä sitten niinku aistimassa semmosta hyvää
henkeä” (haastateltava VIII)*

Klubitalolla on mahdollisuus saada erilaisia onnistumisen kokemuksia. Eräs haastatelta-
va kuvasi klubitalon olevan paikka, missä voi harjoitella turvallisessa ilmapiirissä asioita,
jotka pelottavat tai jännittävät. Jäsenet kokivat erityisesti ohjaajien mutta myös toisten
jäsenten kannustavan palautteen ja huomioimisen miellyttäväksi. Onnistumisen koke-
musten kautta jäsenet kokivat saavansa uskoa omiin kykyihinsä ja tunnetta mahdolli-
suudesta päästä/palata työelämäänsä. Myös jo pelkkä klubitalolle selviytyminen koettiin
onnistumisen kokemuksena. Edellä mainituista asioista puhuivat esimerkiksi seuraavat
kaksi haastateltavaa:

*”se on mun mielest ihan hyvä ku mä oon vähän tämmönen et mua pelot-
tais joku esitelmien pitäminen tai tommonen jännittää tosi paljon ni mun
mielest se on tosi hauska ku just se et tääl uskaltaa tehdä tollasta” (haas-
tateltava III)*

*”jotenkin et jos saa niinku hyvää palautetta ohjaajilta tai miksei toisilt jä-
seniltäkin” (haastateltava VI)*

*”niin yleensä siit tulee hyvä olo sitten ku on selvinny tänne asti silleen”
(haastateltava VI)*

Klubitalon työtehtävät koettiin monipuolisiksi. Työtehtäviä on mahdollisuus valita yksik-
köä vaihtamalla tai yksikön sisällä oman voinnin ja mielenkiinnon mukaan. Jäsenet ko-
kivat hyväksi sen, että on mahdollista vaihtaa työtehtäviä, vaikkakin usein henkilö kui-
tenkin pysyttäytyy samoissa työtehtävissä. Eräs haastateltava kuvasi mahdollisuutta
valita yksikkö omien toiveiden mukaisesti:

”tää on just se et voi niinku vaihtaa esimerkiksi yksikköä tai mennä vaikka tiettyinä päivinä vaikka ravintolaan töihin jos haluaa vaikka keittiöhommaan kokemusta” (haastateltava II)

Vahvistavuuden osa-alueella motivoivia tekijöitä olivat erityisesti ruokailuun liittyvät asiat. Haastateltavat kokivat ruokailumahdollisuuden hyvänä, ja sen edullisuus tuotiin useasti esiin. Ruoan monipuolisuutta ja terveellisyyttä keuhuttiin, ja lämpimän aterian koettiin edistävän hyvinvointia ja jaksamista. Haastateltavat kuvasivat ruokailun tärkeyttä muun muassa seuraavasti:

”kyl se varmaan vähän niinku osaltaan motivoi (ruoka)” (haastateltava VI)

”jos ihmisten pitäis et ei ihmiset tääl välttämättä jaksais tehdä omii ruokii eikä oo varaa käydä tos missää syömäs” (haastateltava III)

Vapaa-ajantoimintaa ja yhteisiä juhlia pidettiin hyvänä lisänä klubitalon arkeen, mutta se ei kuitenkaan lisännyt klubitalolla käymistä. Jotkut jäsenistä kertoivat saaneensa positiivisia kokemuksia kokeilemalla esimerkiksi karaokea. Toiselle jäsenelle klubitale oli muodostunut opiskeluelämään siirtymisen jälkeen vapaa-ajan viettopaikaksi, missä tapasi ystäviä. Harva haastateltavista sanoi osallistuvansa säännöllisesti vapaa-ajantoimintaan. Jäsenten mielestä oli kuitenkin hyvä, että klubitalolla on mahdollisuus osallistua talon järjestämiin yhteisiin vapaa-ajantoimintoihin ja juhliin kuten esimerkiksi uudenvuoden ja pikkujoulun viettoon. Vapaa-ajantoimintaa haastateltavat kuvasivat esimerkiksi näin:

”on sil tota merkitystä jonkin verran et tota on niis ihan kiva käydä, ne on semmost sopivaa vaihtelua tähän klubitalon tavalliseen arkeen” (haastateltava II)

”no aluks mä mietin et tää on mulle niinku työpaikka tää klubitale niin sit mä aattelin et mä teen työn työnä ja sitten huvit muualla ja sitten täst on tullu vähän niinku semmonen jonkinlainen semmonen vähän niinku semmonen semmonen paikka jossa viihtyy sitte” (haastateltava VIII)

Klubitalon vapaa-ajan toiminnoista erityisesti klubi-illoista informoimiseen kaivattiin enemmän selkeyttä. Myös luovia toimintoja ehdotettiin lisättäväksi vapaa-ajan ohjelmaan. Eräs haastateltavista kertoi omasta kokemuksesta osallistuttuaan klubi-iltaan:

”nii just mä en ainakaa ite ikin oo oikeen mukana millon se (klubi-ilta) on ja mitä siel on et ku mä esim lauloin tääl elämäni ensimmäisen kerran karaokee ni oon miettiny et pitäisikö uudestaa” (haastateltava III)

5.2 Toiminnan motivaatioon vaikuttavat kontekstuaaliset tekijät

Kontekstuaaliset tekijät tekevät Piercen (2003) mukaan toiminnasta ainutlaatuista. Kontekstuaaliset tekijät olemme analysoineet fyysisen, ajallisen ja sosiokulttuurisen ympäristön teemojen mukaan. Toimintaan motivoitumisessa fyysinen kapasiteetti ja vireystila suhteessa ympäristöön, klubitalon tilat ja sijainti ovat tekijöitä, jotka nousivat aineistosta liittyen **fyysiseen ympäristöön**. Klubitalon työtehtävät koettiin sopivan haastavina omaan toimintakykyyn ja vireystilaan nähden, ja niitä on tarpeen tullen mahdollista valita oman voinnin mukaan. Työtehtävät mahdollistavat omien rajojen kokeilemisen, ja näin käsitys omista kyvyistä ja voimavaroista onnistumisen kokemuksen myötä paranee. Seuraavassa kahden haastateltavan ajatuksia omasta toimintakyvystään ja klubitalolla käymisen mahdollisuudesta parantaa käsitystä siitä:

”en oo itekkää kyl varma et pystyykö kaheksaa tuntii päivässä, sen näkee nyt tota siirtymätyön jälkeen” (haastateltava II)

”mull o vähän sama et välil on vähän semmonen epätoivonen fiilis et pystyykö ikinä enää sillee mut kyl niinku sitte ku tavallaa tääl klubitalolla ku on käyny ni sen kautta on ruvennu heräämään semmonen et jes must on johonki” (haastateltava III)

Haastateltavat kokivat klubitalon tilat ja sijainnin pääsääntöisesti hyvinä. Helsingin Klubitalon tilat koettiin riittävän avariksi, viihtyisiksi ja toimiviksi. Klubitalolle pääsee hyvin eri julkisilla liikennevälineillä, ja muutkin palvelut ovat lähellä ja helposti hyödynnettävissä. Klubitalon tiloista ja sijainnista kerrottiin esimerkiksi seuraavasti:

*”hyvät tilat, et täällä niinku tarvii tungoksessa olla vaikka porukkaa saat-
taa ollakki” (haastateltava I)*

*”no mä pääsen tohon ihan kivasti aamulla dösällä, et on tää ihan hyvässä
paikassa on... sit jos mä tuun keskel päivää ni mun pitää tulla vähän eri
reittiä mut kylhän täs on lähellä metro ja kaikki muutki julkiset välineet,
liikennevälineet” (haastateltava IV)*

Sijainnin osalta osa haastateltavista koki polkupyörällä tulemisen hankalaksi, koska pyörälle ei ole kunnollista säilytyspaikkaa lähiympäristössä. Myös luonnonvaloa sisätiloihin toivottiin enemmän. Eräs haastateltava kuvasi pyörätelineen puutteellisuutta näin:

*”toi on kyl vähä ongelma et mihin laittaa sen ku tääl on kyl autotalli mut
sit mitää pyörätilaa ei oo” (haastateltava III)*

Ajallisen ympäristön osalta jäsenet toivat esiin tärkeinä tekijöinä päivärytmin harjoittelemisen, käymisen klubitalolla omien aikataulujen mukaan, toimettomuuden voittamisen ja omaan tahtiin työskentelemisen sekä mahdollisuuden edetä klubitalolla prosessinomaisesti (perehdytys, jäsenyyden saaminen, valmentautuminen, siirtymätyö). Klubitalolla käytäessä on tilaisuus harjoitella päivärytmiä esimerkiksi siirtymätyötä varten. Jotkut haastateltavista sanoivat tärkeää olevan, että yleensä tulee edes lähdettyä kotoa. Seuraavassa kaksi kuvailuesimerkkiä päivärytmin harjoittelemisesta ja kotoa lähtemisen tärkeydestä:

”ja sit se hyvä tääl klubitalol niinku harjotella sitä päivärytmii ja aamuheräämistä siirtymätyötä varten” (haastateltava II)

”tärkeint se et yleensä tulee lähtee kämpältä” (haastateltava I)

Klubitalon aukioloaika koettiin hyväksi ja haastateltavat pitivät hyvänä myös sitä, että talolle voi tulla silloin, kun se itselle sopii. Jäsenet toivat esiin haastatteluissa klubitalon toiminnan prosessinomaisuutta, missä voi edetä vaiheittain yksilön omien voimavarojen

ja tavoitteiden mukaan, sekä sen, että työskentelytahtiin pystyy itse vaikuttamaan, kuten seuraavat haastateltavat kuvasivat:

”mä en jotenki saanu ensin lähettyy tänne aluks ja sit ku tää homma lähtee käyntiin et käy täällä säännöllisesti ni sit mun mielest sovittaa niistä siirtymätöistä tai niinku voi ruveta sillee valmentautumaa tai mennä jonoon sinne tai jotenki sillee et se on niinku ainoa vaatimus et käy tääl säännöllisesti vaik ensin kerran viikossa” (haastateltava III)

”se on hyvä et näin on että ei vaadita alkuun liikaa mut on kuitenkin mahdollisuus siihen et voi vähän vaativampaakin tehdä jos halua” (haastateltava IV)

Haastatteluaineistosta nousi esiin jäsenten keskustelua klubitalon toiminnan perehdytysvaiheesta. Esimerkiksi eräs haastateltava kuvasi alkuvaiheen informaation määrää liian raskaaksi sen hetkiseen kapasiteettiin nähden:

”mä tulin tavallaa melkeen suoraa sairaalasta tänne tää oli lyhyt aika vaan suljetulta osastolta tänne pikkusen liian huonossa se oli mielenterveystiimi tavallaa patisti tänne ja se oli aluks tosi hankalaa kaikki perehdytykset ja kaikki mä en yhtää, sitte ku jakso vähän, et se alku vois olla enempi vähän mä en tiedä et miten sen saa.. monet ehkä saattaa jättää sen ikäänku kesken alussa” (haastateltava I)

Klubitalon ohjaajien sekä ulkopuolinen, erityisesti hoitotahon, tuki ja kannustus sekä vertaisuus koettiin tärkeiksi **sosiokulttuurisen ympäristön** tekijöistä. Jokaiselle jäsenelle oman nimetyn avaintyöntekijän tuki oli haastateltavien mukaan tärkeää tavoiteasettelussa, siirtymätyöhön liittyvissä asioissa ja ongelmatilanteissa. Ohjaajien positiivisen palautteen ja kiinnostuksen osoittamisen tärkeydestä kerrottiin muun muassa seuraavanlaisesti:

”tosi usein tulee semmost positiivist palautetta että tosi kiva ku teit sen ja olit nii hyvällä tuulella ja sillee että ku harvemmin semmost kuulee ni tosi kiva” (haastateltava III)

”se on ihan hyvä että se on et sit niinku tietää että niinku niitäki kiinnostaa et mitä mä teen siellä (siirtymätyössä) ja et niinku on semmonen tunne sitte et tulee siitä niinku ku tulee auttamaa” (haastateltava II)

Suurin osa haastateltavista kuvasi ulkopuolisen tuen merkitystä tärkeäksi klubitalolla käymiseen. Hoitotahon, lähipiirin ja ystävien kannustus sekä kuntoutussuunnitelmaan kirjattu tavoite edesauttaa sitoutumista klubitalotoimintaan. Ulkopuolisesta tuesta ja kuntoutussuunnitelmasta kerrottiin esimerkiksi näin:

”mun terapeutti aina patisti et nyt iha oikeesti mee sinne klubitalolle” (haastateltava III)

”mä asun tukiasunnos nyt ja sekää ei oo niinku hoitosuhde mut hoitajat käy muutaman kerran viikossa ja kyselee et miten on mennyt ja mul on niinku tossa kuntoutussuunnitelmassaki tää et tota klubitalol käynti” (haastateltava II)

Aineistossa haastateltavat toivat esiin myönteisenä asiana toisten jäsenten hyväksynnän ja positiivisen kannustuksen sekä vertaisuuden. Klubitalolle voi tulla omana itsenä ja kertoa avoimesti omista mielenterveyteen liittyvistä haasteista. Yksi haastateltavista toi esiin sen, että klubitalolla solmitut ystävyysuhteet ja näiden ystävien tapaaminen klubitalolla vapaa-aikana motivoi myös opiskelussa ja muussa elämässä. Haastateltavat kuvasivat esimerkiksi vertaistukea seuraavasti:

”vertaistuki on aika tärkeet kans siin mieles et niinku ymmärtää paremmin omaa sairautta” (haastateltava II)

”kaikil on oma vikansa se on vähän niin kuin vaihtokauppa, että on nää viat ja sul on nää viat ja että tota mennään niinku sillai, kaikki saa samaa palkkaa ja kaikil on, ollaan samanarvosia, täällä arvostetaan semmosta mitä ihminen on todella sisältä” (haastateltava VIII)

5.3 Tahdon vaikutus klubitalon toimintaan osallistumisessa

Inhimillisen toiminnan mallin (2008) tahtokäsitteen, mihin sisältyy henkilön arvot, henkilökohtainen vaikuttaminen ja mielenkiinnon kohteet, jätimme varsinaisesta haastattelurungosta pois. **Henkilökohtaiseen vaikuttamiseen** liittyviä varteenotettavia asioita nousi kuitenkin esiin aineistosta, joten päädyimme analysoimaan ilmaisuja myös sen kautta. Henkilökohtaiseen vaikuttamiseen liittyvät seikat jaoimme käsitykseen omista kyvyistä ja osaamisesta sekä vapaaehtoisuuteen. Klubitalon toimintaan osallistuminen lisää uskoa ja toivoa työelämäänsä palaamiseen, minkä kautta itsetunto paranee, kuten eräs haastateltava kertoi:

*”kyl mä niinku haluisin ihan sillee työelämäänsä. Kyl mä nyt varmaan pys-
tyn. Tulee semmosta toivoa ja uskoa ja öö itsetunto paranee” (haastatel-
tava III)*

Klubitalolla on mahdollista hyödyntää omaa osaamistaan ja valita esimerkiksi työtehtäviä sen mukaan. Jäsenet kertoivat, että klubitalolla voi toteuttaa erityisosaamistaan myös ohjaamalla vapaa-ajan toimintoja. Kuitenkaan kukaan haastateltavista ei itse henkilökohtaisesti ollut ohjannut niitä. Eräs haastateltava kuvasi omaa erityisosaamista ja mahdollisuudesta hyödyntää sitä klubitalolla seuraavanlaisesti:

*”mulla vastaa aika pitkälti ku suurin osa on atk:hon liittyviä töitä ni mä
oon niinku (ammattinimike poistettu) koulutukseltani ja tietokoneet on ai-
na ollut sillee ykkösenä harrastus ni tääl niinku sitä pääsee toteuttamaan”
(haastateltava II)*

Useat jäsenet toivat haastatteluissa positiivisena asiana esiin klubitalolle tulemisen ja työpainotteiseen päivään osallistumisen vapaaehtoisuuden. Eräs jäsen kuvasi kuitenkin myös haittapuolia vapaaehtoisuudesta. Aina ei ole hyvä, että voi tehdä mitä itse haluaa. Kun tekee jotain, mikä ei tunnu kivalta, voi kuitenkin tuntea jälkeenpäin tyytyväisyyttä itseään kohtaan. Seuraavassa haastateltavien kuvailuesimerkkejä vapaaehtoisuudesta:

”noihin työnjakoihin osallistumalla saa ne työt mitä halua tehdä et mitkä tuntuu itelle sopivimmilta että kaks kertaa päivässä on se työnjako ne on mun mielestä toiminu ihan hyvin” (haastateltava III)

”aina ei oo hyväks se että sä teet miten susta itestä tuntuu vaan joskus se pitää vaan mennä läpi se tehä jotain mikä ei tunnu kivalta ja sit se et jälkeenpäin oot tyytyväinen et sä teit sen” (haastateltava VIII)

Jotkut haastateltavista kertoivat saaneensa perehdytysvaiheessa väärän kuvan klubitalon toiminnasta ja erityisesti sen toimintaan osallistumisen pakosta. Haastateltavat kuvasivat perehdytysvaihetta muun muassa näin:

”mä en tiiä et ku tänne tultii ekana ni oli semmone infotilaisuus missä tuli nii hirveesti sitä asiaa käytyy, tai sit mulla oli ainaki et tais vähä liikaa tulla et tuntu et ei tää et ei tää mulle sovi” (haastateltava I)

”mä voin saada siin perehdytykses väärän kuvan täst paikast että sen takii jotkut, osa sit ei jää et ei kiinnostakkaa tai ei halua sillee sitoutuu käymää täällä niinku ei tarviikkaa käydä tai sitoutuu käymää” (haastateltava II)

Tuloksista kävi ilmi, että klubitalon toimintaan motivoitumiseen vaikuttaa niin toiminnan subjektiiviset ja kontekstuaaliset tekijät kuin myös henkilökohtainen vaikuttaminenkin. Seuraavassa luvussa tuomme tarkemmin esiin johtopäätökset tuloksista.

6 Johtopäätökset tuloksista

Tässä luvussa käsittelemme keräämämme aineiston ja sen tulkinnan pohjalta opinnäytetyömme tutkimuskysymyksiä: Mikä motivoi nuoria aikuisia 18–35-vuotiaita mielenterveyskuntoutujia Helsingin Klubitalon toiminnassa? Mitkä tekijät yksilössä, toiminnassa ja ympäristössä lisäävät ja mitkä tekijät vähentävät klubitalon toimintaan motivoitumista? Tarkastelemme haastatteluissa ilmenneitä asioita peilaten niitä opinnäytetyömme teoriaperustaan, klubitalon standardeihin, kirjallisuuteen sekä aiempiin tutkimuksiin klubitalosta ja mielenterveyskuntoutuksesta. Yhtenä opinnäytetyömme tutkimuskysymyksenä on myös miten klubitalon toimintaa voisi kehittää, jotta toiminta edistäisi nuorten aikuisten motivoitumista. Tähän vastaamme yhteenveto ja pohdinta luvussa.

Mitkä tekijät yksilössä, toiminnassa ja ympäristössä lisäävät klubitalon toimintaan motivoitumista?

Opinnäytetyömme tulosten, kirjallisuuden ja omien havaintojemme perusteella Helsingin Klubitalo vaikuttaa hyvältä ja monipuoliselta kuntoutumisympäristöltä. Sen vahvuksina ovat kansainvälisesti laaditut standardit, jotka ohjaavat toimintaa ja tekevät siitä samankaltaista eri puolilla maailmaa. Opinnäytetyömme aineiston perusteella tulkitsimme merkittäviksi motivoiviksi tekijöiksi mahdollisuuden osallistua klubitalon toimintaan omien henkilökohtaisten tavoitteiden mukaisesti ja vapaaehtoisesti. Tärkeitä motivoivia tekijöitä ovat myös valinnan mahdollisuus monipuolisten työtehtävien välillä, onnistumisen kokemusten saaminen, salliva ilmapiiri, vertaisuus, hyvä sijainti ja mahdollisuus ruokailuun. Myös ohjaajien ja ulkopuolisen hoitotahon kannustus motivoi jäseniä käymään klubitalolla.

Ihmisillä on luonnostaan tarve pyrkiä kohti tavoitteita, ja itselle asetetuista haasteista saadaan suurta tyydytystä. Ihmiselle tuottaa tyydytystä saavuttaa omia tavoitteitaan, vaikka ne eivät olisi yleisesti merkittäviä asioita. Yksilöllä on myös tarve saada toiminnallaan aikaan asioita, ja kyky olla tuottava on tärkeä osa sitä, mitä olemme ihmisinä ja toiminnallisina olentoina. Määrittelemme usein itsemme ja toisemme työn kautta. Puhuessamme työstämme, kerromme keitä olemme. Näin ihmiset ilmaisevat omaa identiteettiään yhteisössä. (Pierce 2003: 44–65.) Henkilökohtaisilla tavoitteilla on merkitystä jäsenen motivaatioon käydä klubitalolla. Klubitalo mahdollistaa mielenterveyskuntoutujille eriateisen tavoiteasettelun oman toimintakyvyn mukaan. Tavoitteet voivat liittyä

yksittäiseen päivään tai pitkän ajan tavoitteisiin. Tavoitteena voi olla esimerkiksi saada sisältöä päivään tai työelämään pääseminen. Sillä, minkä asteinen tavoite on, ei välttämättä ole merkitystä motivaation määrään vaan enemmänkin sillä, miten henkilö on sitoutunut klubitaloon liittyvään tavoitteeseen sekä miten klubitalon tavoite liittyy muihin sen hetkisen elämäntilanteen tavoitteisiin. Klubitalon siirtymätyömahdollisuudet näyttäisivät olevan tärkeitä motivoivia tekijöitä. Niiden avulla henkilö pääsee harjoitteluun työelämässä tarvittavia taitoja ja tätä kautta kehittämään omaa osaamistaan ja identiteettiään. Motivoivaa on myös se, että klubitalon sisällä eri yksiköissä on mahdollisuus harjoitella työelämässä vaadittavia taitoja oman mielenkiinnon mukaan. Esimerkiksi jos jäsenellä on tavoitteena päästä töihin ravintolaan, hän voi harjoitella alan työtehtäviä klubitalon ravintolayksikössä.

Vapaaehtoisuudella on motivoiva vaikutus. Klubitalolla käyminen on vapaaehtoista ja jäsenyys on elinikäinen. Siellä ei seurata yksittäisten henkilöiden käyntiä ja toimintaan saa osallistua mihin aikaan tahansa klubitalon aukiolon aikana. Klubitalolle voi tulla vain käymään tai osallistua työtoimintoihin riippuen henkilön omista valinnoista tai voimavaroista. Jokaisella jäsenellä on kuitenkin oma avaintyöntekijä, jonka kanssa voi sopia yhteydenpidosta esimerkiksi sellaisessa tilanteessa, että ei ole käynyt klubitalolla pitkään aikaan. Myös mahdollisuus vaikuttaa omaan työpainotteiseen päivään lisää jäsenen motivaatiota osallistua toimintaan. Klubitalon jäsenet voivat valita eri työyksiköiden ja niiden sisällä olevien työtehtävien välillä omien voimavarojen ja suorituskyvyn mukaan. Kokeillessaan erilaisia toimintoja jäsen saa käsitystä omasta suorituskyvystään ja vaikutusmahdollisuuksistaan, minkä kautta hän pystyy hyödyntämään niitä ja asettamaan itselleen tavoitteita. Klubitalolla on mahdollista kokeilla turvallisessa ympäristössä itselle haastavia toimintoja, ja kun henkilö onnistuu niissä, hänen itsetuntonsa ja käsityksensä omista vaikutusmahdollisuuksista kasvaa. Kielhofnerin (2008: 34–36) mukaan henkilön luottaessa omaan suorituskyykyynsä ja vaikutusmahdollisuuksiinsa hän etsii mahdollisuuksia toimia, hyödyntää saamaansa palautetta muokatessaan toimintaa ja ponnistelee kohti tavoitteitaan. Ruohotien (1998: 35–36) mukaan usko omiin kykyihin ja mahdollisuuksiin vaikuttaa motivaation kehittymiseen.

Motivaatioon toimintaan osallistumisessa vaikuttaa yhtenä tekijänä henkilön saamat onnistumisen kokemukset ja toiminnasta saadut positiiviset tuntemukset. Onnistumisen kokemukset nähdään sisäisinä palkkioina, jotka vaikuttavat siihen, kuinka innokkaasti

henkilö tavoittelee omia päämääriään. (Ruohotie 1998: 37–38.) Klubitalo mahdollistaa onnistumisen kokemusten saamisen erilaisten toimintojen kautta, mikä omalta osaltaan lisää motivoitumista klubitalon toimintaan osallistumisessa. Kaikki haastateltavat toivat esiin sen, että he saivat klubitalolla käydessään onnistumisen kokemuksia. Onnistumisen kokemuksia voi saada hyvin erilaisista toiminnoista aina pullan leipomisesta työelämään pääsemiseen. Myös pelottavien tai jännittävien asioiden harjoittelu mahdollistaa positiivisten kokemusten saamisen. Mielekkäiden kokemusten kautta jäsen voi saada tunteen omasta kyvykkyydestään, ja sen kautta hän voi tavoitella entistä vaativampia asioita.

Henkilö on motivoitunut sitoutumaan toimintoihin, jotka ovat hänen mielestään miellyttäviä. Myös huumorilla on mielihyvää tuottava vaikutus. (Pierce 2003: 80–86.) Opin näytetyön aineiston perusteella salliva ilmapiiri ja jäsenten välinen vertaisuus koettiin tärkeiksi tekijöiksi klubitalolla. Jäsenten kesken on myös huumoria, mikä omalta osaltaan vaikuttaa miellyttävään ilmapiiriin. Myönteinen ilmapiiri, minkä vuoksi klubitalolle on mukava tulla, lisää toimintaan osallistumista ja motivaatiota. Yksi haastateltavista kertoi saaneensa ystäviä, joita tapaa myös vapaa-aikana. Vertaisuuden avulla jäsenet voivat käsitellä omia mielenterveyteen liittyviä ongelmiaan ja saada tai antaa tukea vastavuoroisesti. Klubitalon ilmapiiri saa jäsenen tuntemaan itsensä tervetulleeksi ja hyväksytyksi omana itsenään.

Yksilölliseen ja ainutlaatuihin kokemuksiin toiminnasta tietyssä ympäristössä vaikuttaa sen hetkinen vireystila, fyysinen kapasiteetti ja ympäristön olosuhteet (Pierce 2003: 152). Jäsenien on alhaisesta vireystilasta tai fyysisestä kapasiteetista huolimatta suhteellisen helppo päästä julkisilla liikennevälineillä klubitalolle. Helsingin Klubitalon hyvä sijainti monipuolisten liikenneyhteyksien varrella edesauttaa jäsenien motivoitumista klubitalolla käymiseen. Klubitalolle on helppo tulla niin linja-autolla, metrolla kuin raitiovaunullakin. Keskeinen sijainti Helsingin Sörnäisissä mahdollistaa myös muiden palveluiden hyödyntämisen helposti.

Mahdollisuus ruokailuun lisää jäsenien motivaatiota osallistua klubitalon toimintaan. Jäsenet kokivat ruoan edulliseksi ja monipuoliseksi. Ruokailu on hyvä tauko klubitalon työpainotteiseen päivään. Jotkut jäsenistä käyvät myös vain pelkästään syömässä klubitalolla. Piercen (2003: 98, 106–110) mukaan ilman riittävää ravinnon saantia mielihy-

vän kokeminen vähenee. Ihminen tarvitsee tuottavien toimintojen välissä myös vahvistavia taukoja. On hyvä pitää esimerkiksi kahvi- ja ruokataukoja tai tehdä jotain ihan muuta työpäivän lomassa. Ruokailulla on myös perustarpeiden tyydyttämisen lisäksi sosiaalinen merkitys. Yhdessä syöminen mahdollistaa sosiaalisen kanssakäymisen toisten kanssa. Ruhotien (1998: 37–38) koosteessa motivaation psykologisesta näkökulmasta ravinnon tarve nähdään alemman asteen tarpeita tyydyttävänä motivoivana tekijänä.

Motivaatiota lisäävät työn ympäristöstä johdettavissa olevat ulkoiset palkkiot kuten ulkopuolinen tuki ja kannustus sekä kiitos ja tunnustus. Lisäksi henkilön alemman tarpeen tyydyttävä yhteenkuuluvuuden tarve lisää henkilön motivoitumista toimintaan. (Ruhotie 1998: 37–38.) Ulkopuolisella tuella, erityisesti hoitotaholla, on kannustava vaikutus jäsenen motivoitumiseen käydä klubitalolla. Yhdessä hoitotahon kanssa laaditut tavoitteet kuntoutussuunnitelmassa sekä esimerkiksi terapeutin kannustus klubitalolla käymiseen lisää jäsenen sitoutumista ja osallistumista toimintaan. Myös jäsenten ja erityisesti henkilökunnan kannustava palaute ja huomioiminen lisäävät motivoitumista käydä klubitalolla sekä osallistua työtehtäviin.

Yhdysvalloissa tehdyssä tutkimuksessa klubitalosta todettiin tärkeäksi lämmin ilmapiiri, mahdollisuus valita mitä tekee ja mihin osallistuu sekä se, että klubitalolle voi tulla viettämään aikaa. Klubitalo tukee kuntoutumisen tavoitteiden kuten opiskelun ja työllistymisen saavuttamisessa. Siellä on myös mahdollisuus sosiaaliseen kanssakäymiseen, mahdollisuus saada onnistumisen kokemuksia sekä jakaa tunteita mielenterveyden häiriöstä kuntoutumisessa ja näin ylläpitää toivoa. (Brown – Stoffel 2011: 565.) Edellä mainitut tutkimustulokset ovat hyvin yhteneväisiä myös meidän opinnäytetyömme tulosten kanssa. Tulosten samankaltaisuuteen omalta osaltaan vaikuttaa todennäköisesti kansainväliset laatustandardit, jotka tekevät toiminnasta samannäköistä maasta riippumatta.

Mitkä tekijät yksilössä, toiminnassa ja ympäristössä vähentävät klubitalon toimintaan motivoitumista?

Haastattelukysymyksemme kohdistuivat lähinnä toiminnan motivoiviin tekijöihin, joten motivaatiota vähentäviä tekijöitä nousi melko vähän aineistosta esiin. Kuitenkin joitakin

yksittäisiä kriittisiä ilmaisuja esiintyi. Kriittiset ilmaisut liittyivät perehdytysvaiheeseen, siirtymätöiden vähäiseen tuntimäärään ja polkupyörällä tulemisen hankaluuteen.

Standardien mukaan jäsenyys ja toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista eikä siinä ole aikarajoitteita. Myöskään jäsenen toimintakyky ei ole esteenä käyttää klubitalon palveluita. Työpainotteisen päivän tavoitteena on huomioida jäsenten vahvuudet, taipumukset ja kyvyt. (Pöyhönen 2003: 15–20.) Haastatteluissa tuli esiin perehdytysvaiheen runsas informaation määrä ja väärä käsitys klubitalotoimintaan osallistumisen pakosta. Perehdytysvaihe on tärkeä kohta klubitalotoiminnan prosessissa. Jos jäsen saa väärän kuvan tässä vaiheessa ja kokee ettei omat voimavarat riitä toimintaan osallistumiseen, hän ei välttämättä motivoidu käymään klubitalolla. Piercen (2003) mukaan ihminen kokee ympäristön, jossa hän toimii, pääasiallisesti oman kehon kautta. Yksilölliseen ja ainutlaatuiseen kokemukseen toiminnasta tietyssä ympäristössä vaikuttaa sen hetkinen vireystila, fyysinen kapasiteetti ja ympäristön olosuhteet. Se, onko ihminen esimerkiksi väsynyt, iloinen, masentunut, keskittynyt tai innostunut, vaikuttaa toiminnan kokemiseen. (Pierce 2003: 152.)

Piercen (2003) mukaan ihmisillä on luonnostaan tarve pyrkiä kohti tavoitteita, ja itselle asetetuista haasteista saadaan suurta tyydytystä (Pierce 2003: 44). Psykologiassa nähdään myös sisäisten ja ulkoisten palkkioiden vaikuttavan motivaatioon. Näitä tekijöitä ovat muun muassa työn haasteellisuus, itsensä toteuttamisen ja kehittämisen tarve sekä palkka. (Ruohotie 1998: 37–38.) Haastattelussa eräs haastateltava koki siirtymätöiden tuntimäärän vähäiseksi suhteessa omaan suorituskyykyynsä ja haluunsa kehittää itseänsä. Työn liian alhainen vaatimustaso saattaa turhauttaa jäseniä ja näin vähentää motivoitumista.

Klubitalon sijaintia ja helposti saavutettavuutta julkisilla liikennevälineillä pidettiin hyvänä, mutta polkupyörällä tuleminen koettiin hankalaksi, koska kunnollista pyörätelinettä ei ole lähiympäristössä.

7 Yhteenveto ja pohdinta

Opinnäytetyön laatiminen on ollut mielenkiintoinen ja laaja oppimisprosessi. Sen työstäminen on ollut haasteellista mutta samalla antoisaa. Yhteistyö Helsingin Klubitalon ja erityisesti yhteyshenkilömme Anne Korhosen kanssa on ollut mutkatonta, ja olemme saaneet häneltä ja klubitalon muulta henkilökunnalta opinnäytetyöhömme tarvitsemamme tuen ja tiedon.

Suomessa opinnäytetyöt ja muut tutkielmat liittyen klubitaloon ovat olleet sosiaalialan tai kuntoutusalan tutkimuksia. Theseus-tietokantaan tekemämme haun perusteella emme löytäneet opinnäytetöitä klubitalosta toimintaterapian näkökulmasta. Opinnäytetyöllämme toimme uuden tarkastelunäkökulman aiheeseen ja toimintaterapian teorian toivat lisäarvoa klubitalotoiminnan tutkimiseen ja antoivat erityisesti motivaation tutkimiseen vahvan perustan. Toimintaan motivoituminen näyttäytyi opinnäytetyössämme monimutkaisena asiana, johon vaikuttavat tekijät niin yksilössä, toiminnassa kuin ympäristössäkin. Toimintaterapeutilla on mahdollisuus vaikuttaa asiakkaan motivoitumiseen omalla toiminnallaan sekä muokkaamalla toimintaa tai ympäristöä. Yksilön sisäisiin tekijöihin sen sijaan voi olla vaikeampaa vaikuttaa. Vaikka toiminnassa ja ympäristössä olevat tekijät koetaan subjektiivisesti, näyttäisi kuitenkin olevan tekijöitä, joita voi yleisesti pitää motivaatiota lisäävinä tai vähentävinä.

Opinnäytetyöprosessin arviointi

Pääasiallisena teoriapohjana hyödynsimme Doris Piercen (2003) toiminnan terapeutin voiman mallia. Mallin avulla saimme kattavan perustan klubitalotoiminnan tarkasteluun. Gary Kielhofnerin (2008) inhimillisen toiminnan mallin tahtokäsite sen sijaan antoi henkilökohtaisemman lähestymistavan tutkia toimintaan motivoitumista. Psykologian teoriaa motivaatiosta hyödynsimme saadaksemme näkökulman toimintaan motivoitumiseen myös toimintaterapian viitekehysten ulkopuolelta. Pohdimme näiden teorioiden keskinäistä suhdetta koko opinnäytetyöprosessin ajan. Olisi saattanut olla selkeämpää keskittyä vain joko toimintaan tai yksilöön. Vaikka näkökulmamme tarkastelikin selkeästi toimintaa ja sen kontekstia, aineistosta tuli esiin myös henkilöstä lähteviä tekijöitä, emmekä halunneet sivuuttaa niitä. Piercen (2003) mallissa tulee hyvin esiin kontekstiin liittyvät tekijät, mutta fyysiseen ympäristöön kuuluvaan osa-alueeseen kuten

toimintaympäristön sijaintiin emme saaneet teoriaperustaa. Pohdimmekin olisiko jokin ympäristöteoria antanut meille ympäristön tarkasteluun vahvemman pohjan ja tukea aineiston tulkinnalle. Psykologian näkökulma vahvisti toimintaterapian teorian kautta saamaamme näkemystä toiminnasta sekä yksilöstä lähteviin motivoiviin tekijöihin. Toimintaterapiassa käytettävillä motivaatiota arvioivilla menetelmillä olisimme saattaneet saada henkilökohtaisempaa tietoa motivaatiosta. Arvelimme, että tämä ei kuitenkaan olisi palvellut klubitalon tarvetta saada tietoa toiminnan motivoivista tekijöistä sen kehittämiseksi.

Teemahaastattelut ja teorialähtöinen sisällönanalyysi sopivat tutkimuskysymyksemme selvittämiseen. Koska motivaatiota on paljon tutkittu toiminnan tieteissä ja toimintaterapian alalla, olisimme varmasti saaneet varteenotettavan teoriapohjan myös yksilöllisten motivaatiotekijöiden syvällisempään tarkasteluun. Valitessamme toimintalähtöisen näkökulman Piercen (2003) toiminnan terapeuttisen voiman mallin kautta pystyimme kuitenkin keskittymään klubitalon toiminnan elementteihin, minkä myös haastateltavat kokivat hyväksi harjoitushaastatteluista saamamme palautteen perusteella. Harjoitushaastatteluissa mukana olleet jäsenet pitivät hyvänä asiana, että kysymykset koskivat toimintaa eikä henkilökohtaisia tekijöitä.

Ryhmähaastatteluiden kautta tuli paljon arvokasta tietoa jäsenien näkemyksistä. Teemahaastattelu osoittautui hyväksi menetelmälliseksi ratkaisuksi, koska sitä varten rakentamamme haastattelurungon avulla pystyimme kohdistamaan kysymykset oleellisiin asioihin ja pitämään keskustelun niissä. Haastatteluihin oli kuitenkin yllättävän haastavaa saada riittävästi osallistujia, mikä sai meidät paljon pohtimaan jälkepäin tutkimusmenetelmän tarkoituksenmukaisuutta. Haastattelujen lisäksi havainnointi olisi saattanut antaa vielä kattavamman kuvan toiminnan motivoivista tekijöistä ja aidoissa klubitalon toimintaan liittyvissä tilanteissa olisi voinut tulla esiin asioita, joita emme haastattelutilanteessa osanneet kysyä tai jäsenet eivät huomanneet tuoda esiin. Mikäli meillä olisi ollut enemmän resursseja käyttää aikaa klubitalolla, haastateltavien ”rekrytoiminen” haastatteluihin olisi saattanut onnistua paremmin ja näin olisimme saaneet enemmän osallistujia alkuperäisestä ikäryhmästä.

Aineiston tulokset vastasivat tutkimuskysymykseemme mikä motivoi klubitalotoiminnassa. Teoriapohjan ja klubitalotoimintaan tutustumisen pohjalta meillä oli jo ennako-

käsitys toimintaan motivoitumisesta. Joitakin meille yllättäviä tuloksia kuitenkin ilmeni aineistosta. Esimerkiksi ulkopuolisen hoitotahon merkitys klubitalon toimintaan sitoutumiseen yllätti meidät. Yhtenä alkuperäisenä kysymyksenä opinnäytetyössämme oli myös, mikä vähentää motivoitumista klubitalon toimintaan, mutta aineiston painottuessa motivoiviin tekijöihin, pystyimme vastaamaan tähän vain yksittäisten kriittisten ilmaisujen pohjalta. Pohdimme paljon eri syitä tähän. Mietimme johtuiko aineiston positiivisuus kysymysasettelustamme haastatteluissa, eivätkö haastateltavat halunneet tuoda esiin toimintaan liittyviä motivoitumista vähentäviä tekijöitä vai ohjasiko teoriaperusta kysymykset liikaa toimintaan eikä henkilön sisäisiin motivoiviin tekijöihin. Pohdimme myös johtuiko tämä siitä, että olimme suurimmalle osalle haastateltavista täysin vieraita, tai siitä, että haastattelut toteutettiin ryhmämuotoisina. Olisiko ryhmän tuomista sosiaalisista paineista vapaampi yksilöhaastattelu tuonut esiin enemmän kehittämisen kohteita tai muuten syvällisempää tietoa? Motivaatiota heikentävät tekijät saattavat myös olla paljolti henkilöstä johtuvia ja sairauden aiheuttamia, jolloin toiminnan vetoavuudella ei välttämättä ole suurta merkitystä klubitalotoimintaan motivoitumisessa.

Jos tekisimme opinnäytetyön uudelleen ja meillä olisi enemmän resursseja käytettävänä, osallistuisimme syvällisemmin talon toimintaan ja haastattelisimme yksilöhaastatteluina erityisesti niitä, jotka eivät vielä ole jäseniä tai jotka osallistuvat harvoin klubitalotoimintaan. Jälkeenpäin omaa toimintaamme haastatteluissa arvioidessamme huomasimme myös, että kehittämis ehdotuksia olisi voinut selkeämmin kysyä eri osa-alueista. Kysymykset olisi voinut myös kohdentaa enemmän motivaatiota vähentäviin tekijöihin. Harjoitus haastatteluiden litteroimisella ja analysoimisella olisimme saattaneet havaita tämän ja näin pystyneet muokkaamaan haastattelukysymyksiä varsinaisiin haastatteluihin.

Klubitalotoiminnan kehittämis ehdotukset

Kehittämis ehdotuksemme perustuvat pääosin yksittäisiin haastateltavien kriittisiin ilmaisuihin, jotka eivät kuitenkaan erityisesti vähentäneet motivaatiota osallistua klubitalon toimintaan. Haluamme kehittämis ehdotuksissa myös korostaa jo olemassa olevia klubitalon toiminnan vetoavia, toisin sanoen, motivoivia ominaisuuksia. Kehittämis ehdotukset liittyivät perehdytysvaiheeseen, siirtymätöiden tuntimäärään, vapaa-ajantoimintaan ja polkupyörällä tulemisen mahdollistamiseen.

Perehdytysvaiheessa olisi hyvä tuoda heti alussa selkeästi esiin toiminnan vapaaehtoisuus. Jäsenen voimavarat saattavat olla alun perehdytysvaiheessa vähäiset. Tällöin hän hyötyisi kevyemmästä ja selkeästä informaation määrästä sekä porrastetusta selvityksestä klubitalon toiminnasta.

Jäsenien toimintakyky voi olla hyvin erilainen, joten siirtymätöiden tuntimäärissä voisi olla enemmän valinnanvaraa. Toimintakyvyn lisääntyessä jäsen voisi hyötyä siitä, että hänellä olisi mahdollisuus tehdä suurempia tuntimääriä palkallista työtä siirtymätyöpäikällä. Tämä voisi lisätä myös motivaatiota osallistua klubitalon toimintaan.

Klubitalon jäsenet keskustelivat vapaa-ajan toiminnoista positiiviseen sävyyn. Haastateltavat kertoivat kuitenkin osallistuvansa vapaa-ajan toimintoihin harvoin. Vapaa-ajan toiminta ei suoranaisesti näyttänyt lisäävän eikä vähentävän motivoitumista klubitalotoimintaan. Nuorten aikuisten jäsenien osallistumista vapaa-ajan toimintaan voisi tukea rohkaisemalla heitä hyödyntämään omia taitojaan. Osallistumalla uusiin toimintoihin he voivat kartuttaa kokemuksiaan ja kehittää omaa identiteettiään. Mielekkään toiminnan avulla klubitale voi mahdollistaa jäsenille virkistävän hetken arjen keskelle. Vapaa-ajan toimintaan osallistuminen antaisi jäsenille myös mahdollisuuden tuoda erityisosaamistaan esiin.

Klubitalolle on helppo tulla julkisilla liikennevälineillä, mutta jäsenet kokivat polkupyörällä tulemisen hankalana, koska hyvää pyörän säilytyspaikkaa ei ole lähiympäristössä. Klubitalolle pääsyä pyörällä ja jäsenien hyötyliikuntaa voisi edistää tarkoituksenmukaisella polkupyörän sijoituspaikalla.

Helsingin Klubitalon kertoessa toiminnastaan ja markkinoidessaan sitä se voisi hyödyntää jo olemassa olevia klubitalon vahvuuksia sekä tässä opinnäytetyössä esiin tulleita motivaatiota edistäviä tekijöitä, joita olivat mahdollisuus osallistua klubitalon toimintaan omien henkilökohtaisten tavoitteiden mukaisesti ja vapaaehtoisesti. Tärkeitä motivoivia tekijöitä edistäviä tekijöitä olivat myös valinnan mahdollisuus monipuolisten työtehtävien välillä, onnistumisen kokemusten saaminen, salliva ilmapiiri, vertaisuus, hyvä sijainti ja mahdollisuus ruokailuun sekä ohjaajien tuki. Yhteistyötä voisi olla hyödyllistä kehittää ulkopuolisen hoitotahon ja klubitalon välillä nuorten aikuisten motivoimiseksi klubitalon

toimintaan, koska myös ulkopuolisen hoitotahon kannustus motivoi jäseniä käymään klubitalolla.

Luotettavuus ja yleistettävyys

Opinnäytetyömme luotettavuutta ja yleistettävyttä pohdimme paljon jo ennen aineiston keräämistä, haastattelujen toteuttamisessa ja analysoimisessa. Luotettavuutta heikentäviä tekijöitä ajattelimme erityisesti olevan haastattelun tilannesidonnaisuus ja toisten haastateltavien vaikutus etenemiseen ja omiin mielipiteisiin. Myös pyrkimyksistä huolimatta kysymyksissämme esiintyy jonkin verran johdattelua, mikä omalla tavalla vähentää luotettavuutta. Pohdimme, että luotettavuutta olisi voinut parantaa havainnoimalla toimintaa haastattelujen lisäksi sekä teettämällä strukturoidut yksilöhaastattelut, missä olisimme mahdollisesti saaneet yksityiskohtaisempia vastauksia. Johdattelua olisi myös voinut välttää, jos kysymykset olisivat olleet tarkemmin suunniteltuja.

Aineiston analysoimiseen vaikuttivat meidän omat tulkintamme ilmaisujen merkityksestä ja niiden teemoittelusta. Pyrimme kuitenkin lisäämään luotettavuutta pohtimalla tekstikatkelmia ja arvioimalla niiden merkitystä yhdessä. Luotettavuutta lisääviä tekijöitä ajattelimme olevan se, että meitä oli haastattelutilanteissa aina kaksi ja litteroimme haastattelumateriaalin sanatarkasti ja melko pian haastattelujen jälkeen. Saimme aineistosta tärkeitä tuloksia, joita tukee myös Yhdysvalloissa tehty tutkimus klubitalon toiminnasta (Brown – Stoffel 2011). Pohdimme kuitenkin, kuinka paljon voidaan yleistää kahdeksan klubitalojäsenen näkemyksiä toimintaan motivoitumisesta. Kuitenkin klubitalojen toiminta on standardien ansiosta melko samankaltaista, joten mielestämme tuloksia voidaan hyödyntää myös muihin klubitaloihin. Tuloksia voi hyödyntää myös muissa mielenterveyspalveluissa soveltaen niitä kyseessä olevan palvelun toimintaan.

Jatkokysymykset

Jatkokysymyksenä jäimme erityisesti pohtimaan, miten jäsenen tavoitteet vaikuttavat klubitalotoimintaan motivoitumiseen. Jos jäsenen tavoitteena on esimerkiksi työllistyminen, onko hän motivoituneempi osallistumaan klubitalotoimintaan kuin jäsen, jonka tavoitteena on saada päivään rytmiä tai sisältöä? Meitä jäi mietityttämään myös mitkä tekijät vaikuttavat siihen, että henkilö ei motivoidu osallistumaan klubitalotoimintaan, ovatko syyt enemmän toiminnassa vai henkilössä itsessään?

Tää on meidän klubitalo

*Tääl on ilmapiiri hyvä,
ja vertaisuus on syvä*

*Tääl on hyvä henki,
huomannut oon senki*

*Ruokakin on herkkuu
kokeille vaan terkkuu*

*Sitä kun sä syöt,
niin jaksat tehdä työt*

*Tänne pääsee dösällä,
niin talvella ku kesällä*

*No onhan meillä klubi-ilta,
ja siirtymätyöt on töihin silta*

*Hurtia on huumori,
oothan silti kaveri?*

*Herännyt on semmonenki,
että musta on johonki!*

Haastateltavia mukaillen
- Laura Aho -

Lähteet

Alasuutari, Pertti 1999. Laadullinen tutkimus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Brown, Catana – Stoffel, Virginia C. 2011. Occupational Therapy in Mental Health. A Vision for Participation. Philadelphia: F.A. Davis Company.

Eskola, Jari – Suoranta, Juha 2000. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Finlay, Linda 2004. The Practice of Psychosocial Occupational Therapy. 3Th Edition. Cheltenham: Nelson Thornes Ltd.

Hautala, Tiina – Hämäläinen, Tuula – Mäkelä, Leila – Rusi-Pyykönen, Mari 2011. Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita.

Hirsjärvi, Sirkka – Hurme, Helena 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Helsingin Klubitälo 2009a. Yhdistys. Tilastot. Verkkodokumentti.
<<http://www.helsinginklubitalo.org/index.php?page=tilastot>> Luettu 11.10.2011.

Helsingin Klubitälo 2009b. Historia. Verkkodokumentti.
<<http://www.helsinginklubitalo.org/index.php?page=etusivu>> Luettu 2.11.2011.

Helsingin Klubitälo 2009c. Yksiköt. Verkkodokumentti.
<<http://www.helsinginklubitalo.org/index.php?page=etusivu>> Luettu 2.11.2011.

Isohanni, Matti – Suvisaari, Jaana – Koponen, Hannu – Kieseppä, Tuula – Lönnqvist, Jouko 2011. Skitsofrenia. Teoksessa Lönnqvist, Jouko – Henriksson, Markus – Marttunen, Mauri – Partonen, Timo (toim.): Psykiatria. Helsinki: Duodecim. 70–133.

Jalonen - Jokela 2003. Siirtymätyöohjelma ideasta käytäntöön. Teoksessa Pöyhönen, Eveliina (toim.): Mielenterveyskuntoutujien klubitälo. Yhdessä kohti työelämää. Helsinki: Stakes. 115–118.

Kela tiedottaa 2009. Mielenterveyden häiriöt tavallisin peruste Kelan kuntoutukselle . verkkojulkaisu
<<http://www.kela.fi/in/internet/suomi.nsf/net/200209092435ML?OpenDocument>> .
Luettu 15.2.2011.

Kielhofner, Gary 2008. Model of human Occupation. Theory and Application. 4th Edition. Philadelphia: Lippincott, Williams & Wilkins.

Korhonen, Anne 2010. Apulaisjohtaja. Helsingin Klubitälo. Suullinen tiedonanto 3.11.2010.

Korhonen, Anne 2011. Apulaisjohtaja. Helsingin Klubitalo. Sähköpostiviesti 18.4.2011.

Koskisuu, Jari 2004. Eri teitä perille. Mitä mielenterveyskuntoutus on? Helsinki: Edita.

Metsämuuronen, Jari 2003. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä: Gummerrus Oy.

Mäkinen, Sanni 2009: "Tää ei oo mitään ikärasismia, vaan nuoret halua kohdata nuoria!". Opinnäytetyö. Kuntoutusohjauksen ja suunnittelun koulutusohjelma. Jyväskylän Ammattikorkeakoulu.

Niemikotisäätiö n.d. ELVIS-hanke luo uutta näkökulmaa. Verkkodokumentti. <<http://www.niemikoti.fi/235.html>> Luettu 10.10.2011.

Nienstedt, Walter (toim.) 2005. Duodecim. Lääketieteentermit. Mielenterveys. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Pesonen, Arja 2006. Asiakkaiden kokemuksia mielenterveyspalveluista. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja: Tutkimuksia.

Pierce, Doris E. 2003. Occupation by Design: Building Therapeutic Power. Philadelphia: F.A. Davis Co.

Pöyhönen, Eveliina 2003. Mielenterveyskuntoutujien klubitalo. Yhdessä kohti työelämää. Helsinki: Stakes.

Ruohotie, Pekka 1998. Motivaatio, tahto ja oppiminen. Helsinki: Edita.

Saaranen-Kauppinen, Anita – Puusniekka, Anna 2006. KvaliMOTV. Menetelmäopetuksen tietovaranto. Analyysi ja tulkinta. Verkkodokumentti. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7.html>> Luettu 25.10.2011.

Salenius, Paula 2009. Mielenterveyskuntoutujien klubitalo kuntoutujien osallisuuden kokemukset, vertaistuki ja identiteetin muotoutuminen klubitaleyhteisössä. Sosiaalityön pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Salo-Chydenius, Sisko 1992. Toimintaterapia mielenterveystyössä. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2009:3. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma. Mieli 2009 –työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi vuoteen 2015. Helsinki.

Stakes 2009. Sosiaaliportti. Hankkeet. Hyvä käytäntö. Mielenterveyskuntoutujien Klubitalo. Verkkodokumentti.

<<http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/hyakaytanto/kuvaus/?PracticeId=7b66e441-fd65-4c39-8be4-cd7f15c28908>> Luettu 10.10.2011.

Stengård Eija – Savolainen Minna – Sipilä Marianne – Nordling Esa 2009. Ehkäisevä mielenterveystyö kunnissa. Aineistoa suunnittelun tueksi. Mielenterveyden edistäminen –yksikkö ja WHO mielenterveysalan yhteistyökeskus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Jyväskylä: Gummerrus Kirjapaino Oy.

Suomen fountain house -klubitalojen verkosto ry 2011. Klubitalojen yhteystiedot. Verkojulkaisu <<http://www.fh-klubitalot.fi/index.html>> Luettu 24.2.2011.

Toivio, Timo – Nordling, Esa 2009. Mielenterveyden psykologia. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Valkonen Jukka – Peltola Ulla – Härkäpää Kristiina 2006. Työtä, tukea ja mielenterveyttä. Kokemuksia mielenterveyskuntoutujien työllistämismalleista. Kuntoutussäätiö. Helsinki: Yliopistopaino.

Vilkko-Riihelä, Anneli 1999. Psykyke. Psykologian käsikirja. Helsinki: WSOY.

Vuorinen, Marju 2008. Keski-Uudenmaan Klubitalon vaikutuksia psykososiaaliseen toimintakykyyn. Opinnäytetyö. Sosiaalialan koulutusohjelma. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia.

Lupa haastattelumateriaalin käyttämiseen opinnäytetyössä

Helsingin Klubitalon jäsenien haastatteluja tullaan käyttämään Metropolia Ammattikorkeakoulun opinnäytetyössä ”*Mikä motivoi nuoria mielenterveyskuntoutujia Helsingin Klubitalon toiminnassa?*” Tekijöinä ja haastattelijoina ovat Laura Aho ja Mirkka Kuosmanen. Haastatteluaineisto käsitellään luottamuksellisesti ja haastateltavien henkilöllisyys pysyy salassa.

Annan suostumukseni haastatteluni nauhoittamiseen ja haastatteluani saa käyttää opinnäytetyön aineistona.

Aika ja paikka: _____

Allekirjoitus: _____

Nimenselvennys: _____

Esittelykirje



Hei klubitalon jäsen!

Olemme kaksi toimintaterapeuttiopiskelijaa Metropolia Ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyötä aiheesta ”mikä motivoi nuoria (18–31 v.) mielenterveyskuntoutujia Helsingin klubitalon toiminnassa? Mitkä tekijät edistävät ja vähentävät klubitalon toimintaan motivoitumista? Kuinka klubitalon toimintaa voisi kehittää parantaakseen toimintaa motivoitumista?”

Haluaisitko Sinä olla mukana vaikuttamassa Helsingin klubitalon toiminnan kehittämiseen? Tarkoituksenamme on haastatella 18–31-vuotiaita jäseniä toukokuussa 2011, viikoilla 19–20. Haastattelut toteutetaan ryhmähaastatteluina Helsingin klubitalon tiloissa noin kolmen hengen ryhmissä. Tulemme esittelemään opinnäytetyöprosessin ja tulokset syksyllä 2011 Helsingin klubitalon talokokouksessa sekä koulumme opinnäytetyöseminaarissa.

Haastattelut nauhoitetaan ja videoidaan haastatteluiden puhtaaksikirjoittamisen tukemiseksi. Käsitlemme nauhoitukset luottamuksellisesti ja nimettöminä. Materiaalit tulevat vain meidän käyttöömme ja ne tuhotaan työmme päätyttyä. Haastatteluiden yhteydessä keräämme kaikilta haastateltavilta luvat käyttää saatuja tietoja opinnäytetyössämme.

Jos Sinulla heräsi kysymyksiä aiheeseen liittyen, meihin voi ottaa yhteyttä Anne Korhosen kautta, Työ- ja opintoyksikkö p. 09-728 85519 tai anne.korhonen@helsinginklubitalo.org. Toivomme saavamme runsaan osanoton tutkimukseemme, jotta saisimme mahdollisimman kattavan kuvan nuorten jäsenten mielenpitoista ja toimintaan motivoitumisesta klubitalolla. Vapaa-ajan ilmoitustaululta löytyy haastatteluiden ilmoittautumislista, johon voit merkitä nimesi haluamallesi ajankohdalle.

Iloisin terveisin Laura Aho ja Mirkka Kuosmanen

Haastattelurunko

VETOAVUUS – TOIMINNAN OMAKOHTAISET ULOTTUVUUDET

1. Tuottavuus
 - a. tavoitteet
 - b. työllistymismahdollisuudet
 - c. palkkiot
2. Mielihyvä
 - a. huumori
 - b. työtoimintojen monipuolisuus
 - c. onnistumisen kokemukset
3. Elvyttävyys
 - a. klubitalon vapaa-ajan toiminta
 - b. ruokailu
 - c. yhteiset juhlapäivät

AINUTLAATUISUUS – TOIMINNAN KONTEKSTUAALISET ULOTTUVUUDET

4. Fyysinen konteksti
 - a. tämänhetkinen kapasiteetti
 - b. klubitalon tilat ja sijainti
5. Ajallinen konteksti
 - a. päivän pituus
 - b. oma vuorokausirytm
 - c. oma työtahti
6. Sosiaalinen konteksti
 - a. vertaisuus
 - b. itsenäinen työ, jaettu työ, yhdessä tekeminen
 - c. ulkopuolinen tuki ja kannustus

Aineiston luokittelutaulukko

| Tuotteliaisuus | | |
|--|--|--|
| Alkuperäinen ilmaisu | Pelkistetty ilmaisu | Tyyppi |
| <p>sitte mua odottaa kyl siirtymätyöki tavallaan sit siihen kuuluu valmentautua (III)</p> <p>etse siirtymätyö oli ainaki mulla (pitkän aikavälin tavote) (I)</p> <p>mä oon nyt siirtymätyössä ni et sitä kautta yritän vähitellen palata työelämään sitte, et nyt mä teen kuus tuntii viikossa ja siivoustyötä ja sit tota myöhemmin sitte kasvattaa sitä tuntimäärää ja ja sitte olla ehkä kokopäiväisestäikki jossai vaiheessa (II)</p> <p>ja sitku tääl on siirtymätyö ja tuettu-työ et nekin ja sit et työllistyis enemmätki tai sillei tai sit johnkin opiskeluunkin hakeutuminen (VI)</p> <p>kuntoutumissuunnitelmassa on yks tavote oli oli paluu työelämään (II)</p> <p>mä olisin tos heinäkuus menossa siirtymätyöhön (III)</p> <p>just työkokemuksen hankkiminen kun siit on vähän puutetta (III)</p> <p>mul on se siirtymätyö on semmonen lähtöalusta niinku semmoseen vakituisempaan työhön (II)</p> | <p>Tavoite siirtymätyöhön valmentautuminen</p> <p>Siirtymätyö tavoitteena</p> <p>tavoite siirtymätyön harjoittelun kautta palata työelämään</p> <p>Tavoite siirtymätyö ja työllisyys tavoite opiskeluun hakeutuminen</p> <p>Tavoitteena paluu työelämään</p> <p>Tavoitteena siirtymätyö</p> <p>Tavoitteena työkokemuksen hankkiminen</p> <p>Siirtymätyön kautta työelämään</p> | <p>Tavoitteena siirtymätyö/työelämään palaaminen</p> |

| | | |
|--|---|--|
| <p>kylmä niinku haluisin ihan sillee työelämään (III)</p> <p>no esimerkiksi voi tehdä ton taviksen eli tavotesuunnitelman ohjaajan ja siinä suunnitellaan et minkäläistä työtä haluu tai mil aikataulul haluis niinku hakee töitä ja sitte toi yksikössä tai työ ja opintoyksikössä ohjaajat voi auttaa siin työnhaussa ja opiskelu tai opiskelemaan pääsemisessä (II)</p> | <p>Työelämään palaaminen</p> <p>Tavoite työhön tai opiskelemaan</p> | |
|--|---|--|